Jeffrey A. Kottler • Jon Carlson

MUMIA DE LA MASA DIN SUFRAGERIE

Cele mai neobisnuite 32 de cazuri de psihoterapie

Povestirile din această carte sunt absolut uimitoare şi ne obişnuite. Cu toate acestea, ea nu este menită să glorifice ceh mai bizare aspecte ale comportamentului uman. Ea este de fapt o colecţie de povestiri despre relaţii psihoterapeutice care <iu produs transformări majore şi semnificative atât în viaţa tera peuţilor cât şi a clienţilor lor. Sunt povestiri despre compasiune şi solicitudine, care demonstrează tipul de angajament pe care îl presupune meseria de terapeut. Aceasta nu este o carte care şi-a propus în mod deliberat să facă eroi şi eroine din terapeuţi (deşi prezintă în multe dintre paginile ei strategiile creative şi absolut uimitoare ale unora dintre cei mai mari practicieni con temporani). Mai degrabă este o carte care omagiază curajul unoi oameni care, confruntându-se cu probleme majore, cu consecinţe devastatoare asupra condiţiei lor fizice şi emoţionale, au reuşit în cele din urmă să le depăşească, prin eforturi susţinute şi prin încrederea permanentă arătată terapeuţilor lor.

- Mumia
  - Mumia de la masa din sufragerie
  - O dilemă oedipiană
  - Penisul care avea nevoie de permisiunea bisericii
  - Cum să scapi de vechituri
  - Ei au învăţat să trăiască cu fantomele
  - Femeia care ura pe toată lumea
  - Doctorul hip-nas găseşte biletele pentru concertul lui Michael Jackson
  - Reconstruind puzzle-ul memoriei unui metrolog
  - Frumoasa şi bestia
  - Clientul care voia ca terapeutul lui să fie altcineva
  - Revenindu-şi din amintirile regăsite
  - Prostituata de optzeci şi doi de ani
  - El va rămâne întotdeauna un negru
  - Cel mai negru cosmar al fiecărui părinte

Jeffrey A. Kottler • Jon Carlson

MUMIA DE LA MASA DIN SUFRAGERIE

Cele mai neobisnuite 32 de cazuri de psihoterapie

Povestirile din această carte sunt absolut uimitoare şi ne obişnuite. Cu toate acestea, ea nu este menită să glorifice ceh mai bizare aspecte ale comportamentului uman. Ea este de fapt o colecţie de povestiri despre relaţii psihoterapeutice care <iu produs transformări majore şi semnificative atât în viaţa tera peuţilor cât şi a clienţilor lor. Sunt povestiri despre compasiune şi solicitudine, care demonstrează tipul de angajament pe care îl presupune meseria de terapeut. Aceasta nu este o carte care şi-a propus în mod deliberat să facă eroi şi eroine din terapeuţi (deşi prezintă în multe dintre paginile ei strategiile creative şi absolut uimitoare ale unora dintre cei mai mari practicieni con temporani). Mai degrabă este o carte care omagiază curajul unoi oameni care, confruntându-se cu probleme majore, cu consecinţe devastatoare asupra condiţiei lor fizice şi emoţionale, au reuşit în cele din urmă să le depăşească, prin eforturi susţinute şi prin încrederea permanentă arătată terapeuţilor lor.

- Mumia
  - Mumia de la masa din sufragerie
  - O dilemă oedipiană
  - Penisul care avea nevoie de permisiunea bisericii
  - Cum să scapi de vechituri
  - Ei au învăţat să trăiască cu fantomele
  - Femeia care ura pe toată lumea
  - Doctorul hip-nas găseşte biletele pentru concertul lui Michael Jackson
  - Reconstruind puzzle-ul memoriei unui metrolog
  - Frumoasa şi bestia
  - Clientul care voia ca terapeutul lui să fie altcineva
  - Revenindu-şi din amintirile regăsite
  - Prostituata de optzeci şi doi de ani
  - El va rămâne întotdeauna un negru
  - Cel mai negru coşmar al fiecărui părinte
  - Colonelul „pasăre" care s-a transformat într-un elefant

Copiilor noştri: Cary, Kirstin, Matt, Karin, Ben şi Kali, în speranţa că au asimilat lecţia pe care noi am încercat să o trăim pe viu, şi anume, să-ţi recunoşti greşelile şi să înveţi din ele.

Introducere

Nu veţi recunoaşte nici unul dintre personajele din această carte (s-au făcut eforturi foarte mari pentru a le ascunde identitatea), dar cu

siguranţă că veţi avea ocazia să remarcaţi aspecte ale personalităţii voastre reflectate în povestirile lor incredibile. Oamenii care sunt prezentaţi în aceste cazuri au fost puşi în faţa unor provocări grele şi neobişnuite, dar nu foarte diferite de cele pe care poate că le-aţi întâmpinat voi înşivă în viaţă. Diferite sunt doar modul în care ei au încercat să se lupte cu demonii lor, perseverenţa de care au dat dovadă şi norocul pe care l-au avut de a ajunge în grija unui terapeut extraordinar.

Povestirile din această carte sunt absolut uimitoare şi neobişnuite. Cu toate acestea, ea nu este menită să glorifice cele mai bizare aspecte ale comportamentului uman. Ea este de fapt o colecţie de povestiri despre relaţii psihoterapeutice care au produs transformări majore şi semnificative atât în viaţa terapeuţilor cât şi a clienţilor lor. Sunt povestiri despre compasiune şi solicitudine, care demonstrează tipul de angajament pe care îl presupune meseria de terapeut. Aceasta nu este o carte care şi-a propus în mod deliberat să facă eroi şi eroine din terapeuţi (deşi prezintă în multe dintre paginile ei strategiile creative şi absolut uimitoare ale unora dintre cei mai mari practicieni contemporani). Mai degrabă este o carte care omagiază curajul unor oameni care, confruntându-se cu probleme majore, cu consecinţe devastatoare asupra condiţiei lor fizice şi emoţionale, au reuşit în cele din urmă să le depăşească, prin eforturi susţinute şi prin încrederea permanentă arătată terapeuţilor lor.

De ce aceste cazuri?

în domeniul comportamentului uman, am văzut mult mai multe decât ceea ce oferim în această carte în materie de cazuri deosebit de neobişnuite şi dificile. O bună parte dintre acestea au contribuit la dezvoltarea psihoterapiei şi au reuşit totodată să capteze atenţia publicului. Cazul Annei O., al lui Sigmund Freud, a stat la baza evoluţiei ulterioare a psihanalizei. Era vorba de o tânără femeie a cărei percepţie vizuală era afectată, care avea dificultăţi când înghiţea, iar braţul ei drept era paralizat. Toate aceste probleme nu aveau însă cauze fizice. Freud şi colegul său, Josef Breuer, s-au găsit nu numai în situaţia de a trata primul caz de isterie, dar s-au şi îndrăgostit de particularităţile condiţiei Annei (Breuer s-a îndrăgostit puţin şi de Anna, dar asta este altă poveste).

în vremurile mai recente, povestea lui Sybil, primul caz documentat de tulburare personalitate multiplă, a ajuns un best-seller. Şi nu numai profesioniştii au fost interesaţi să citească despre această femeie care avea şaisprezece personalităţi distincte şi despre cum a reuşit terapeutul ei să facă faţă acestei provocări. La fel se poate spune şi despre alte cărţi care au urmat în această tradiţie menită să prezinte publicului larg cazuri ciudate. Bărbatul care a confundat-o pe soţia lui. cu o pălărie a pus în mişcare o întreagă industrie de povestiri despre oameni cu ciudate tulburări neurologice, psihologice sau de comportament.

Ne-am întrebat adeseori de ce comportamentul straniu exercită o fascinaţie atât de puternică nu numai asupra publicului larg, dar şi asupra membrilor profesiei noastre. Din anumite motive, ne reamintim unele cazuri chiar şi după douăzeci sau treizeci de ani, iar pe altele le uităm pur şi simplu. De asemenea, este semnificativ faptul că, din miile de cazuri pe care le-am avut în viaţa noastră, alegem să discutăm despre unul anume. De ce ajungem oare să considerăm că un pacient este mai neobişnuit sau mai special decât toţi ceilalţi?

în anumite cazuri, terapeuţii au ales să discute despre pacientul care a fost „primul" într-o anumită serie — primul succes sau primul eşec, primul caz al unei entităţi de diagnostic (tulburări schizofrenice sau de personalitate, de

exemplu). Cel mai adesea, cazurile selectate au fost acelea care se distingeau prin gradul lor de „noutate", ceea ce înseamnă că ele erau cu totul, și cu totul diferite de toate cazurile pe care terapeutul le avusese înainte sau după ele. De asemenea, fiecare caz pe care l-am ales spune tot atât de multe lucruri despre noi ca și despre oamenii pe care îi prezentăm.

De ce acești terapeuți?

Trebuie să avem în vedere că terapeuții, ca grup profesional, au o capacitate de exprimare și de comunicare care îi detașează cu mult față de celelalte grupuri profesionale. în această meserie noi suntem foarte bine pregătiți și avem o experiență vastă în toate nuanțele comunicării, în problemele legate de conceptualizare, precum și cu privire la relațiile interpersonale. Suntem buni vorbitori și experți în a explica idei complexe în termeni ușor de înțeles. Munca noastră propriu-zisă constă în esență în a-i convinge pe oameni să facă ceea ce ei nu vor să facă și să renunțe la credințele sacre (dar autodistructive) pe care le-au avut toată viața.

Mai departe trebuie să ne gândim că în cadrul acestei populații de profesioniști, care sunt cei mai talentați vorbitori din lume, există un subgrup — mai puțin de unul la sută -— care este încă și mai fluent decât restul grupului. Aceștia sunt cei care scriu cărți și manuale ce stau la baza practicii celorlalți terapeuți. Ei sunt terapeuții pe care îi vedeți la emisiunile de la televizor, despre care citiți în ziare sau reviste sau pe care îi auziți în interviuri la radio. Ei sunt cei mai buni și cei mai străluciți membri ai unei profesii care s-a remarcat deja de mult timp prin inteligența, receptivitatea, sensibilitatea și comunicativitatea celor care activează în cadrul ei. Aceștia sunt oamenii ale căror voci le veți auzi în această carte.

Colecția noastră provine de la treizeci dintre cei mai renu-miți și mai apreciați terapeuți. Ei trăiesc în regiuni diferite ale lumii. Sunt specializați în diferite discipline ale psihologiei, psihiatriei, consilierii, terapiei de familie și în asistența socială. Ei folosesc metode terapeutice radical diferite: psihanalitice, cognitiv-behavioriste, constructiviste, feministe, umaniste, sistemice și așa mai departe. Despre mulți dintre terapeuții prezenți în această carte s-ar putea spune nu atât că urmează o orientare teoretică anume, ci mai degrabă că au inventat una. Ei au scris majoritatea cărților importante din domeniu, după care se ghidează în practica lor toți ceilalți terapeuți.

în această carte veți avea ocazia să-i auziți pe cei mai mari teoreticieni și practicieni contemporani discutând despre cele mai ciudate cazuri ale lor. în fiecare povestire, veți avea privilegiul de a observa îndeaproape modalitățile unice în care unii oameni au ales să se adapteze la dificultățile prezente în viața lor și cum cele mai luminate minți ale generației noastre au reușit să abordeze situațiile complexe ale acestora într-un mod care să ducă la vindecarea lor. Ca niciodată până acum, veți afla despre felul în care terapeuții lucrează cu cei mai dificili clienți și veți ajunge la o înțelegere mai profundă a suferinței umane.

De la neobișnuit la bizar

Pe măsură ce adunam aceste cazuri, ne-am dat seama că nu exista o metodă universală după care să structurăm interviurile sau capitolele care rezultau din ele. Am început cu un chestionar pentru interviu — chiar am trimis din timp parti-cipanților o listă cu întrebările posibile. Credeam că întrebarea principală era destul de clară: povestiți-ne cel mai neobișnuit caz pe care l-ați avut. Ne așteptam să auzim relatări despre cele mai bizare variații ale comportamentului uman și, desigur, așa s-a și întâmplat. Dar unii dintre terapeuți au interpretat această cerință într-un mod diferit: în loc să se concentreze asupra a ceea ce era cu adevărat ciudat la pacienții lor, ei au ales să discute despre aceste cazuri și din punct de vedere al celor mai neobișnuite aspecte ale lor. în alte cazuri, ei au considerat că ceea ce era memorabil la ele nu ținea atât de comportamentul bizar al oamenilor, ci mai degrabă de circumstanțele neobișnuite în care se aflau ei și care le-a cerut să acționeze în moduri uimitor de inventive.

Fiecare dintre conversațiile noastre a fost unică, luând nu numai direcția pe care o stabilisem noi inițial, dar și pe aceea pe care o dorea maestrul terapeut cu care discutam. Având în vedere faptul că lucram cu persoane cu o voință puternică și care stăpâneau foarte bine arta conversației, nu ne-a fost ușor să păstrăm discuția pe linia previzibilă pe care o stabilisem inițial. Aceasta înseamnă că fiecare capitol este diferit de celelalte, nu numai în ceea ce privește varietatea materialului prezentat, dar și în alte aspecte legate de stilul și structura lui. Unii terapeuții au dat dovadă de multă deschidere și flexibilitate fiind gata să accepte orice direcție ar fi putut să ia discuția noastră. Alții

redactaseră din timp cazul lor şi au vrut să ni-1 citească înainte să vorbim despre implicaţiile lui. Iar alţii au insistat să rămânem la planul pe care ni-1 făcusem cu mult timp înainte.

Am fost de asemenea surprinşi de faptul că terapeuţii pe care i-am abordat au conceptualizat subiectul propus de noi în feluri foarte diferite. Iniţial le-am explicat că noi colecţionăm povestiri despre cele mai „neobişnuite" cazuri pe care ei le-au avut. Acest cuvânt nu a fost reţinut de toţi cei cu care am vorbit. Unii au preferat cuvântul memorabil pentru a descrie cazul lor; altora le-a plăcut natura mult mai descriptivă a cuvântului bizar. în sfârşit, alţi terapeuţi au evitat aceşti termeni, preferând în schimb expresii precum de neuitat, obsedant, interesant sau ciudat. Indiferent de cuvântul pe care-1 foloseam pentru a descrie ceea ce căutam, era aproape sigur că terapeutul căruia ne adresam îl va înlocui cu un altul.

Toate cazurile au în comun faptul că ele au confruntat terapeutul cu probleme clinice pentru care acesta nu era pregătit. Prin urmare, ele trebuie privite nu numai ca nişte relatări ale evoluţiei unor pacienţi aflaţi în suferinţă, ci şi ca experienţe seminale pentru viaţa terapeuţilor lor. Unele cazuri au stat la baza elaborării unor noi teorii în domeniu.

Unele măsuri de precauţie

Una dintre preocupările majore legate de această carte a fost păstrarea confidenţialităţii şi a intimităţii persoanelor descrise în această carte. Unii dintre pacienţii prezentaţi nu mai sunt în viaţă. în alte situaţii, terapeuţii au primit din partea pacienţilor lor permisiunea de a vorbi despre cazurile lor. Dar în toate cazurile, numele şi trăsăturile care ar putea duce la identificarea pacienţilor au fost schimbate, la fel ca şi unele dintre caracteristicile şi cadrele în care au avut loc întâlnirile cu ei pentru a le deghiza identitatea. Ca şi în cazul medicilor, prima regulă a practicii terapeuţilor este să nu se acţioneze în defavoarea pacientului. Dacă aceşti pacienţi descoperă ţotuşi o asemănare între ei şi cei descrişi în această carte, sperăm că se vor simţi mândri să constate cât de important a fost rolul pe care l-au jucat în viaţa şi în munca terapeuţilor.

Sperăm de asemenea că aceste povestiri au darul de a dezvălui compasiunea şi preocuparea intensă pentru pacienţi de care au dat dovadă aceşti terapeuţi. Dacă în unele cazuri vocile celor care au contribuit la această carte sună cinic sau critic sau chiar par să râdă pe socoteala altora, ne asumăm întreaga responsabilitate în a fi împins lucrurile atât de departe. De fapt, farmecul şi profunzimea acestor conversaţii sunt asigurate tocmai de spiritul liber şi informai în care am încercat să le conducem.

Dumneavoastră, dragi cititori, o să aveţi impresia că asistaţi la cele mai intime conversaţii private între colegi de nădejde, dar o dată cu acest privilegiu veţi avea oportunitatea unei mai bune înţelegeri a contextului în care ele au avut loc. Este adevărat că terapeuţii vorbesc despre cele mai neobişnuite cazuri ale lor exact aşa cum instalatorii, contabilii sau chirurgii discută despre ale lor; este un mijloc important prin care profesioniştii din orice domeniu îşi îmbunătăţesc performanţele — învăţăm din fiecare variaţie care poate apărea şi ne adaptăm metodele pentru ca pe viitor să se dovedească mult mai flexibile şi mai potrivite.

Toate aceste povestiri sunt în întregime adevărate — oricât de incredibile ar putea să pară. Deşi în unele cazuri dialogul a fost refăcut pe alocuri, esenţa cazurilor şi învăţămintele pe care le au de transmis au fost păstrate.

Mulţumiri

îi suntem recunoscători lui Alan Rinzler, al treilea „partener" la această întreprindere, ale cărui pricepere terapeutică şi talente editoriale ne-au ajutat să facem din aceste relatări adevărate poveşti despre puterea de transformare a oamenilor.

I se cuvin mulţumiri lui Jean Naggar, agentul nostru, îi suntem îndatoraţi lui Laurie Johnson, care a transcris toa

te interviurile şi s-a ocupat de corespondenţa voluminoasă cu participanţii noştri.

Le suntem deosebit de recunoscători celor care au contribuit la această carte — unii dintre cei mai buni terapeuţi şi

teoreticieni din lume — pentru că au acceptat să-şi sacrifice o parte din timpul lor spre a realiza aceste interviuri şi a revizui după aceea povestirile rezultate. în schimbul eforturilor lor, ei nu au primit nimic în schimb, nici măcar drepturile de autor. Singura răsplată a fost plăcerea de a discuta cu noi despre cele mai inedite aspecte ale muncii lor. Ei au participat la acest proiect pentru că au avut convingerea fermă că ceilalţi terapeuţi pot învăţa foarte multe lucruri din cazurile lor atât de neobişnuite.

în cele din urmă, suntem datori să omagiem curajul incredibil şi devotamentul de care au dat dovadă oamenii prezentaţi în această carte. Ei au căutat ajutor, au perseverat şi de cele mai multe ori au reuşit să învingă dificultăţi enorme pentru a-şi reveni de pe urma unor traume pe care le-au suferit în trecut. Ei nu au făcut numai dovada bogăţiei şi diversităţii uimitoare a comportamentului uman, dar şi a flexibilităţii de care este capabil fiecare dintre noi pentru a depăşi limitele noastre prezente.

Jeffrey A. Kottler Huntington Beach, California

Jon Carlson Lake Geneva, Wisconsin

Capitolul unu

Jeffrey A. Kottler

Omul care voia să i se taie nasul

Cabinetul de consultaţii era gol, cu excepţia a două scaune şi a unui birou. Intr-un colţ se afla o chiuvetă, vestigiu al vremurilor în care această parte a spitalului era destinată mai degrabă cazurilor medicale decât unei clinici psihiatrice cu tratament ambulatoriu. Eram un doctorand plin ' de avânt, pregătindu-se să-şi înceapă prima zi de practică.

Aşteptând să-mi întâmpin primul pacient, devenisem destul de agitat. Câţiva ani lucrasem în calitate de consultant psihiatric, însă majoritatea clienţilor mei proveneau din rândurile copiilor şi studenţilor. Acum eram pe punctul de a începê să lucrez cu adulţi ale căror probleme erau mult mai serioase.

L-am auzit pe pacientul meu chiar înainte să-şi facă apariţia, în timp ce era condus către cabinetul de consultaţii. Mergând, făcea un zgomot zornăitor de parcă ar fi fost legat cu lanţuri. In curând s-a dovedit că presupunerea mea nu era departe de adevăr: zeci de şiruri de mărgele şi lanţuri atârnau la gâtul şi la încheieturile mâinilor lui.

Am respirat adânc şi m-am pregătit să ascult povestea întâiului meu pacient. Acesta era debutul noii mele cariere şi eram hotărât să fac tot ceea ce îmi stătea în putinţă. Speram doar ca problema lui să facă parte din categoria celor pe care le puteam aborda. Nu-mi puteam imagina atunci ce discrepanţă se va dovedi între aşteptările lui şi capacităţile mele.

Halatul de medic

— Ei bine, am început eu pe un ton cât se poate de binevoitor, cu ce pot să-ţi fiu de folos?

— Păi, dom'le doctor, ziceam şi eu că poate mă scăpaţi de mirosul ăsta!

— De miros? l-am întrebat pe acel individ foarte agitat, ne-ştiind despre ce vorbeşte.

— Păi da. Nu-1 sâmţiţi? O duoare!

— Duoare?

Am avut grijă să pronunţ cuvântul exact cum îl rostise el.

— Duoare. Vă zic, duhneşte.

— Aha, duhoare. Duhoare vrei să spui?

Vocea îmi devenise mai vioaie deoarece înțelesesem în cele din urmă ce voia să spună omul din fața mea. Nu făceam parte din personalul spitalului și nici măcar nu îmi luasem încă licența în psihologie. Lucram pur și simplu ca intern. Cu toate acestea, administrația spitalului ne recomandase să purtăm aceste halate medicale albe care ne confereau un aer de respectabilitate. Pe buzunarul halatului meu era înscris numele unui doctor plecat de multă vreme, dar care fusese destul de cumsecade ca să-și lase halatul aici. Trebuie să recunosc că lucrul ăsta mă făcea să mă simt oarecum mult mai familiar cu locul. Totuși eram destul de agitat, poate chiar mai mult decât pacientul care stătea în fața mea.

Omul avea tenul închis și purta mai multe rânduri diferite de haine, fiecare în contrast evident cu celelalte. Cămașă cu dungi. Pantaloni cadrilați. O vestă. Șosete desperecheate. Și peste toate astea, bineînțeles, lanțurile și mărgelele. Arăta de parcă și-ar fi ales dintr-o cutie, la întâmplare, piesele ținutei sale zilnice. Și poate chiar așa și făcuse.

Deși înfățișarea sa era izbitoare, într-un fel chiar grandioasă, ceea ce mi-a atras atenția erau șuvițele lui de păr împletite. Părea să fie african sau poate jamaican, deși după accent provenea în mod sigur din zona rurală a Virginiei. Acest lucru nu era deloc surprinzător de vreme ce ne aflam chiar la țară, în Virginia. Ciudat era faptul că adulmeca întruna aerul din jur, strâmbându-se, și apoi trăgându-l în piept cu mult zgomot. Pentru că era prima mea zi de muncă, mă întrebam cum să solicit ajutor în caz că va leșina. Mi-am adus aminte din emisiunile de la televizor de ceva în legătură cu solicitarea procedurii de urgență, dar probabil că aceasta era valabilă doar pentru cazurile de stop cardiac.

— Spuneai ceva de o duoare, ă, adică de o duhoare, învățasem bine lecția... — când nu știi ce să spui nu tre

buie decât să repeți ceea ce tocmai ai auzit.

Omul din fața mea s-a mulțumit să dea din cap, bălăngă-nindu-și șuvițele de păr pline de mărgele.

— Ce fel de miros? am sondat eu terenul.

începusem deja să-l imit, adulmecând aerul din jur și tră-

gându-l adânc în piept. Tot ceea ce am putut detecta a fost mirosul de antiseptic din spital și pe cel al propriei mele transpirații, căci mă străduisem pesemne prea tare să mă descurc onorabil cu primul meu pacient.

— Nu sâmți mirosul de vacădomle?

— Vacădomle?

îmi spărgeam creierii, încercând să-mi dau seama ce era aia o vacădomle, fără să-mi treacă prin minte că pe el îl obseda de fapt mirosul de vacă și în același timp mi se adresa mie cu apelativul „dom'le"; acest miros îl preocupa atât de mult încât nu se mai putea gândi la nimic altceva.

încercând să adun cât mai multe informații, am aflat că Manny trăia împreună cu familia sa la o fermă aflată destul de departe de oraș. Nu părăsea prea des ferma, dar în ultimul timp se simțise atât de afectat încât nu prea mai reușise să muncească.

— Prin urmare, l-am întrerupt eu încercând să aflu ce voia de la mine, la fermă, simți mirosul de la vaci?

— 'înțeles că le sâmt mirosul la fermă. Doar acolo stă ele.

— înțeleg, am spus neînțelegând de fapt nimic. La fermă sunt vaci.

Bine că supervizorul meu nu era de față, pentru că întreaga afacere devenise de-a dreptul penibilă. Stăteam de vorbă cu pacientul meu de aproape un sfert de oră și tot ceea ce afla-sem era că el simțea mirosul de vaci de la ferma la care locuia. Faptul că familia lui deținea la fermă o mică cireadă de vaci nu părea o descoperire deosebit de utilă.

— Vacile este peste tot, a ţinut să explice Manny. Mirosul lor este peste tot.

— Şi tu poţi să simţi şi acum mirosul de vacă?

Manny m-a privit dezamăgit ca şi cum ar fi vrut să-mi arate că îi înşelasem aşteptările. Sperase tot timpul că şi eu simţeam mirosul lor.

Acum era rândul meu să mă simt dezamăgit. El se plângea de faptul că percepe un miros imaginar cronic şi supărător de bovină. Aceasta părea să fie o problemă care ţinea de competenţa unui specialist O.R.L. sau cel puţin a unui neurolog. Dar se pare că, din anumite motive, fusese trimis la clinica noastră, probabil pentru că nu fusese încă detectată nici o cauză fizică a afecţiunii sale.

Am respirat încă o dată adânc, atât pentru a mă calma cât şi pentru a mă asigura că nu exista nici un miros de vacă în camera în care ne aflam.

— Şi cum aş putea să te ajut? l-am întrebat pe Manny, abordând cel mai afectat şi mai plin de solicitudine ton cu putinţă; cel puţin la aşa ceva mă pricepeam destul de bine.

Manny s-a uitat la mine ca şi cum aş fi fost un idiot, iar apoi a clătinat din cap, dezamăgit de faptul că înţelegeam atât de greu.

— Păi, dom'le doctor, a spus el rostind cu grijă cuvintele pentru a se asigura că îl pot urmări, vreau ca dumneata să-mi tai nasul.

— Vrei ca eu să-ţi tai nasul?

începusem să mă simt de-a dreptul exasperat şi asta nu din cauza a ceea ce discutam, ci pentru că pur şi simplu nu-mi dădeam seama ce aş fi putut să mai spun sau să mai fac spre a-1 ajuta pe acest biet om aflat în suferinţă.

Manny s-a uitat la mine placid, dând din cap. Eram hipnotizat de mărgelele care se legănau la capătul găitanelor lui lungi. Un timp nu am făcut nimic altceva decât să ne măsurăm unul pe celălalt. Nu aveam nici cea mai mică idee în legătură cu ceea ce se petrecea în mintea lui, dar încercam să mă concentrez asupra posibilităţilor pe care le aveam pentru următoarea mişcare. Să-l programez la chirurgie ca să-i taie nasul? Să cer o consultaţie neurologică? Sau poate o evaluare psihiatrică? Mi-am amintit apoi că eu eram evaluatorul psihiatric. Eu eram cel care ar fi trebuit să-i evalueze starea mentală şi să stabilesc cumva un tratament care să-i aline simptomele supărătoare ale afecţiunii. Erau atâtea lucruri pe care eram gata să le fac pentru a-i ajuta pe oameni şi în special pe primul meu pacient, însă tăiatul nasurilor mă depăşea. în plus, nu aveam voie să fac acest lucru chiar dacă primisem un halat alb cu titlul de doctor înscris pe el.

în mod cert, tulburarea cronică a mirosului de care suferea acest om avea o cauză psihologică. Dacă nu exista nici o explicaţie medicală pentru condiţia sa, atunci înseamnă că ea se datora unor probleme emoţionale sau unei traume suferite cândva. Atât am putut să deslușesc de unul singur. Cum să dau însă de capătul acestei probleme în cele doar câteva şedinţe care îmi erau alocate pentru a-mi consulta pacientul?

Deşi aceste evenimente au avut loc acum mai bine de douăzeci şi cinci de ani, înainte să trecem la o „terapie scurtă" administrăm un fel de „bandaj" psihologic, după care urma să-i trimitem pe oameni înapoi la viaţa de zi cu zi. Tăierea nasului unui pacient nu era tocmai acest tip de tratament, ci mai degrabă unul radical şi direct pentru care era nevoie de aprobarea consiliului de medici al spitalului. Dar oricât de atrăgătoare mi s-a părut în acel moment opţiunea în cauză, îmi alesesem meseria pentru că îmi plăcea să fac pe detectivul şi să merg până la rădăcina problemei. Pe când cei asemenea lui Freud aveau la dispoziţie luni dacă nu chiar ani pentru a rezolva diferite cazuri, eu trebuia să o fac doar în câteva şedinţe. Cel puţin acestea din urmă erau prevăzute ca şedinţe duble, de nouăzeci de minute, şi prin urmare aveam timp să explorez ceva mai adânc situaţia.

Secretul

■— Poți să-mi spui câte ceva despre felul în care îți petreci timpul?

Aceasta a fost o întrebare foarte bună, deschisă. Pentru că nu știam cum să procedez în continuare cu Manny, am hotărât să mă familiarizez cu — să-i spunem — lumea lui fenomenologică. Era clar că aveam nevoie de mai multe informații pentru a ajunge la sursa problemelor sale legate de miros.

— îs de la o fermă, a început din nou Manny în stilul său laconic.

în următoarea jumătate de oră i-am pus o serie de întrebări: unde anume locuiește, cu cine locuiește, ce lucrează și cum își petrece timpul liber. Am aflat următoarele: deși avea douăzeci și ceva de ani (m-am uitat pe fișa lui pentru că nu-mi dădeam seama ce vârstă avea numai după înfățișare), Manny tot mai locuia cu familia sa la fermă. își produceau ei înșiși hrana de zi cu zi, iar o parte din recoltă o vindeau. Aveau găini. Și, bineînțeles, aveau vaci sau, am bănuit eu, vite. Deoarece eram băiat de oraș, născut și crescut în Detroit, eram mai mult decât fascinat de viața de la țară, neștiind mai nimic despre aceasta, în afară de ceea ce văzusem la televizor, la emisiunea „Pogoanele verzi".

Manny își petrecuse toată viața la fermă și părea a fi fericit acolo, deși fusese oarecum izolat (cel mai apropiat vecin era la o distanță apreciabilă). Sarcina iui era să scoată vacile (vitele?) la păscut și să le aducă înapoi după ce își terminau „cina". între timp, avea destulă vreme să hoinărească și să facă ce voia. Era puțin cam evaziv în legătură cu acest din urmă lucru, așa că a trebuit să-l îndemn să vorbească despre el mai în amănunt.

— Așadar, Manny, ce altceva mai faci ca să te distrezi? Bineînțeles în afară de a-ți petrece timpul cu familia ta. Ai o prietenă sau ceva în genul ăsta?

Manny a ridicat din umeri și a privit în pământ. Apoi a dat din cap că nu, și preț de un minut și-a ridicat privirea în direcția mea, după care și-a coborât-o iar. Era acesta un semnal că puteam să continuu discuția pe această temă sau că trebuia să o abandonez? Nu mi-am putut da seama. Cu toate acestea, simțeam în atitudinea lui ceva ce nu puteam desluși pe moment.

Deși era îmbrăcat excentric, Manny nu era un bărbat respingător. De fapt, era chiar bine făcut, cu o figură interesantă și cum era în floarea vârstei mi s-a părut rezonabil să aflu mai multe lucruri despre viața lui amoroasă.

— Prin urmare, nu ai o prietenă?

A clătinat din nou din cap, de data aceasta mai hotărât. Era atât de fascinant să privești codițele lui împletite legănându-se muzical înainte și înapoi — mă gândeam eu în timp ce îi puneam întrebarea pentru a treia oară doar pentru a mai urmări spectacolul.

— îmi ascunzi ceva, Manny? m-am aventurat eu.

Pentru prima dată de la începutul conversației noastre părea că se închide în sine. Până în acest punct fusese deschis la orice întrebare i-aș fi adresat sau la orice cale pe care ne-am fi aventurat, dar acum dădea înapoi. Simțeam acest lucru. în următorul moment acesta a devenit evident pentru mine: și-a încolăcit brațele lui lungi în jurul taliei și s-a aplecat înainte spri-jinindu-se pe genunchi de parcă ar fi vrut să se facă mic și să se ascundă de privirea mea iscoditoare.

— îți zisei că nu am pretină.

Pentru prima dată Manny m-a surprins, ridicând tonul. Deși părea destul de calm, m-am uitat precaut către ieșirea din cabinet.

— Am înțeles, Manny, am spus blând. Vreau doar să știi că putem discuta despre orice dorești tu.

Relatând acum aceste lucruri, ar putea părea că ele s-au desfășurat într-o manieră logică, ordonată, de parcă aș fi urmat o procedură sistematică, menită să scoată la iveală orice secrete. De fapt, fiind un începător în această meserie, chiar dacă unul entuziast, nu făceam decât să vorbesc vrute și nevrute, punând orice întrebare care îmi trecea prin minte. Cu puțin noroc sau poate din cauza insistenței și a zelului meu, am reușit în final să aud o versiune mai

completă a ceea ce făcea Manny zilnic. Am aflat de asemenea, chiar mai mult decât aş fi vrut, despre motivele pentru care nu avea propriu-zis o prietenă. Dar ceea ce am învăţat în final din această şedinţă a fost că o dată ce deschizi o uşă nu poţi face altceva decât să intri. întrucât insistasem să mergem până la surse — până la rădăcină, ca să zic aşa — pentru a-i rezolva problemele — nu ne rămăsese altceva decât să urmăm până la sfârşit această linie a cercetării.

Se părea că Manny încercase o vreme să se întâlnească cu fete. Făcuse curte în câteva rânduri unei vecine şi chiar se întâlnise cu o fată de la oraş pe care o cunoscuse cu ocazia drumurilor sale în acel loc. însă el găsise că aceste întâlniri erau frustrante, dacă nu cumva chiar nesatisfăcătoare. Când i-am cerut să-mi explice mai pe larg la ce se referea, Manny mi-a răspuns că în general fetele trebuie tratate foarte atent. Trebuie să spui cuvinte frumoase, să le oferi cadouri, să le scoţi în oraş şi să cheltuieşti mulţi bani cu ele. Şi în ciuda tuturor investiţiilor de timp şi de bani, nu eşti niciodată sigur că o să fii tu „norocosul". Nu cred că a folosit chiar expresia asta, dar cu siguranţă că a fost vorba de o altă bizarerie eufemistică pentru sex.

Deşi eram căsătorit de curând, eu şi Manny eram cam de aceeaşi vârstă, aşa că îi înţelegeam nemulţumirea. îmi aduceam încă aminte de ritualurile lungi şi plictisitoare de dinaintea fiecărei întâlniri pe care trebuia să le suport pentru a reuşi să mă „apropii" de o femeie care îmi plăcea. M-am gândit să-i spun că-i înţeleg frustrarea. Apoi i-aş fi putut oferi un discurs motivaţional despre necesitatea de a fi răbdător, de a-ţi asuma riscurile, de a te aventura în afara zonei de confort. învăţasem deja terapia cognitivă şi, prin urmare, eram gata să abordez temerile sale iraţionale legate de eşec. Aveam totul trasat în minte şi eram fericit că în sfârşit descoperisem că puteam să fac ceva pentru el. Cu toate acestea, ştiam că îmi scăpa ceva.

— Manny, spuneai că acum nu te mai întâlneşti cu nimeni.

— Nu, renunţai la asta.

— înţeleg.

Am tăcut amândoi. De data aceasta, eram hotărât să nu fiu eu cel care rupe primul tăcerea. Oricât de mult aş fi dorit să mă concentrez asupra refuzului său de a se întâlni cu fete şi să-i atac convingerile sale disfuncţionale, am decis să-l ascult în continuare. în ciuda lipsei mele de experienţă, îmi dădeam seama că Manny are ceva de spus şi acum era mult mai important pentru mine să ascult decât să vorbesc. Chiar şi după atâţia ani, încă păstrez convingerea că de cele mai multe ori aceasta este cea mai mare greşeală pe care o facem noi, terapeuţii: ne precipităm să rezolvăm problemele din cauza propriului nostru sentiment de neputinţă.

Scara

După o perioadă de timp care părea să fi ajuns la câteva minute, dar care în realitate nu depăşise mai mult de douăzeci sau treizeci de secunde, Manny mi-a spus cum îşi petrecea timpul liber şi de ce nu fusese prea sincer atunci când declarase că nu are o prietenă. De fapt, Manny chiar avea o viaţă sexuală foarte activă, deşi nu cred că aceasta avea ceva în comun cu ceea ce numim noi „iubire". Dar poate că asta era doar părerea mea pentru că aveam de-a face cu o situaţie care depăşea cu mult ceea ce îmi imaginasem vreodată. Acum înţeleg că aceste situaţii nu sunt atât de neobişnuite la ţară.

— Spuneai, Manny, că nu te vezi cu prea multe femei.

— Aşa-i, a recunoscut el, dând din cap.

Era ceva în neregulă la capitolul ăsta. Expresia feţei lui devenise destul de transparentă; într-un fel, îmi aducea aminte de un copil care fusese prins cu minciuna. De fapt, el se uita în jos, în timp ce râcâia linoleul cu vârful ghetei lui cu şireturi dezlegate.

— Şi totuşi nu mi-ai spus tot, m-am aventurat eu cu grijă; nu voiam să-l sperii, insistând prea mult.

— Da, dom'le doctor.

— Și nu ai vrea să-mi povestești?

— Nu. N-aș prea vrea.

— Nici o problemă, am încercat eu iar. Manny, mi-ai spus că vrei ca eu să-ți tai nasul, dar înainte de a discuta despre asta trebuie să aflu mai multe lucruri despre ceea ce se întâmplă.

El m-a privit suspicios, după care a continuat să-și frece vârful ghetei de podea. I-am lăsat suficient timp pentru a se decide dacă are destulă încredere în mine ca să-mi spună ce nu era în regulă.

— Păi, cum să vă spun? E vorba de această vacă cu care mă văd. O cheamă Mertle.

Se vedea cu vaci la fermă? Ce tot vorbea? Tot ceea ce am putut să fac a fost să repet ceea ce-mi spusese el.

— Da, dom'le doctor, îi cea mai bună din lot. Avurăm şi noi o aventură.

— Ai fost împreună cu vaca asta, cu... Mertle e numele ei, nu-i așa?

— Așa-i! a zâmbit el încântat că mi-am adus aminte de numele ei.

Eram încă într-o stare de confuzie, ca urmare a celor relatate de el. Apoi, brusc, mi-am dat seama ce voia el să spună: Manny făcuse sex cu o vacă pe nume Mertle. Și, mai mult decât atât, fusese drăguț cu ea.

— Așadar, Manny, vrei să spui că tu... ă.., tu... ai...

— Așa e. Eu și cu Mertle. O facem de câte ori simt nevoia.

Vedea cum mă luptam cu această situație și, deși se simțea încurcat el însuși, parcă îi părea și mai rău de mine. Totodată el văzuse cât de mult mă străduisem să-l ajut și părea că apreciază foarte mult acest lucru.

— înțeleg, am spus, și din nefericire acum totul îmi apărea foarte clar.

Dar îmi veneau de asemenea în minte o mulțime de întrebări. Mă întrebam cum poate cineva să facă sex cu o vacă? La urma urmei, vacile sunt niște animale foarte mari în comparație cu oamenii. Și ce l-a determinat pe Manny să o aleagă pe Mertle ca parteneră a sa? Și, mai mult, cum a ajuns el să se apuce de asemenea lucruri.

în adolescență, Manny a aflat despre sex privind vacile și caii în perioada de împerechere. (Nu știusem până atunci că ele au o asemenea perioadă.) Se pare că el stătea și se uita cum vreun armăsar cu o erecție nefirească se urca pe iapă penetrând-o într-un abandon sălbatic. Și nu putea să facă altceva decât să se gândească la ziua în care va avea o prietenă cu care să facă sex. Cu toate acestea, după ce a fost respins de mai multe ori de către două fete pe care încercase să le curteze, Manny a renunțat și și-a îndreptat eforturile către cele pentru care era nevoie de o persuasiune bovină.

Și numai atitudinea mea calmă, profesionalismul și sensibilitatea mea superioară m-au împiedicat să nu cad pe jos doborât de râs sau de șoc. Deși nu prea credeam cele auzite, am rămas stoic la locul meu, iar privirea standard de psihiatru (obișnuiam să exersez în fața oglinzii) mi-a înghețat pe figură. Am dat din cap la fel de firesc de parcă el tocmai mi-ar fi spus că îi plac ouăle la micul dejun.

— Așadar, i-am răspuns lui Manny cu o voce care speram să pară cât mai fermă, spui că tu și această vacă... vreau să spun, Mertle, vă întâlneați din când în când?

Manny s-a uitat direct în ochii mei, cercetându-mi atent reacțiile, apoi a încuviințat din cap.

Prin urmare, aceasta era sursa mirosului de vacă care îl însoțea pretutindeni. Aveam o pregătire temeinică în domeniul teoriei psihodinamice așa că nu a fost mare lucru să leg simptomele lui de vina pe care o simțea în subconștient față de comportamentul mai degrabă neobișnuit în ce privește întâlnirile sentimentale. Am considerat că probabil nu ar fi cel mai înțelept lucru să explorez sentimentele oedipiene pe care el le-ar fi putut avea față de

mama lui, de vreme ce ar fi putut să se simtă ofensat de implicația că mama lui semăna cu o vacă. în primul rând, aveam nevoie să aflu mai mult despre ce se petrecea de fapt.

Ei bine, venise timpul pentru confesiune. Muream de curiozitate în legătură cu această situație. Cum poate cineva să facă sex cu o vacă? Adică, vreau să spun, vacile sunt niște animale foarte mari.

Eram hotărât să obțin răspunsuri la unele dintre întrebările mele. Descoperisem că unul dintre cele mai importante Iu-cruri legate de profesia de terapeut era că ajungeai să-i întrebi pe oameni tot felul de lucruri foarte personale fără ca ei să se enerveze. Dacă reușești mai mult timp să pari indiferent, ca și când ai mai fi auzit aceste lucruri de nenumărate ori înainte, oamenii îți vor spune cele mai profunde secrete. Mă bucuram de această putere și am decis să aflu cât de departe puteam să merg. Ca să fiu sincer, nu eram prea sigur dacă în acest fel îmi urmăream propria curiozitate sau îmi ajutam pacientul.

— Așadar, Manny, am spus eu pe un ton firesc, cum reușeai să ajungi până la Mertle ca să o faci cu ea?

— Păi, foloseam o scară. Aduceam o scară pe care o țineam eu. Uneori o foloseam pentru a fixa stâlpii în gard și alte chestii de astea.

— Bine, am răspuns. Nu aveam nici cea mai mică idee ce să fac mai departe. Așadar, te urcai pe scară...

— Exact, a răspuns Manny zâmbind timid. Părea că se simțea mai bine povestindu-mi despre acest rendez-vous secret.

încă nu puteam să-mi dau seama exact cum se petrecea acest lucru. Cum o făcea el pe nenorocita aia de vacă să stea nemișcată? Trebuia oare să-și mute tot timpul scara în jurul ei? Vacii îi plăcea acest lucru? Mă gândeam chiar dacă nu cumva trebuie să raportez activitatea lui Manny vreunei agenții guvernamentale care activa împotriva cruzimii față de animale. Știam că eram obligat să raportez cazuri suspecte sau confirmate de abuz sexual la adresa copiilor, dar cazul de față făcea parte din cu totul și cu totul altă categorie pe care nu o întâlnisem niciodată în timpul specializării mele.

Mi-am dat seama că în momentul acela depășisem punctul în care informația pe care mi-o furniza Manny era utilă pentru cazul său. Dar mai aveam totuși încă o întrebare pentru el: Cum o alesese el pe Mertle drept vaca lui favorită? Ce anume îl atrăgea la ea?

Ei bine, poate că acest lucru este cu mult peste ceea ce doriți să aflați despre această poveste. Pentru mine, era ca și cum aș fi trecut pe lângă un accident de mașină sau m-aș fi uitat la un film de groază. O parte din mine voia pur și simplu să-mi acopăr ochii ca să nu mai văd toată grozăvia aceea, și cu toate acestea, ceva aproape irezistibil mă împingea să trag cu ochiul printre degetele care-mi acopereau privirea. Deși voiam foarte mult să schimb subiectul și să merg mai departe, nu mă puteam abține să nu-mi pun în continuare o mulțime de întrebări legate de mecanica împerecherii cu o vacă. Nu puteam să cred ceea ce aflasem.

Relatând despre comportamentul lui sexual, Manny oferise o rațiune destul de plauzibilă pentru faptul că opțiunile lui în materie de „întâlniri amoroase" erau preferabile altora. El a explicat că în felul acesta nu avea nevoie să câștige afecțiunea vacilor sau să cheltuiască bani cu ele. Ele nu l-au respins niciodată. Aveam totuși câteva probleme legate de acest lucru, căci mă întrebam dacă ele îi acceptau, ca să zicem așa, compania și atunci când nu erau în perioada de împerechere, dar mi-am dat seama că deja mersesem mult mai departe cu această chestiune decât intenționasem. De fapt, în acel moment mă întrebam cum naiba o să scriu vreodată despre aceste lucruri în însemnările mele de cabinet. Ce aveam să-i spun supervizorului meu?

Ei bine, cei puțin am găsit o explicație plauzibilă pentru lucrurile de care se plângea Manny. Se părea că în cele din urmă nu era nevoie să-i tăiem nasul dacă reușeam să-l ajut să se împace cu comportamentul lui.

întrucât timpul alocat ședinței expirase, i-am mulțumit lui Manny pentru că fusese atât de deschis în privința situației lui și i-am promis că vom continua în săptămâna următoare. în acest fel am încheiat prima noastră întâlnire. Eu, bineînțeles, am ieșit imediat din cabinet pentru a le spune colegilor mei interni despre acea stranie primă ședință prin care abia trecusem.

Parfumul

în următoarea săptămână, Manny m-a întâmpinat foarte călduros, cu un zâmbet larg. La ședința anterioară nu observasem cât de mult aur avea în gură. Acum puteam să văd al-bul din centrul fiecărui dinte care era îmbrăcat în aur. Am observat de asemenea că era îmbrăcat ceva mai potrivit decât data trecută — lucru pe care l-aș fi considerat în mod optimist drept un semn al progresului dacă nu aș fi simțit mirosul intens de colonie ieftină.

Abia puteam să respir în duhoarea aceea dulceagă și bolnăvicioasă de English Leather sau de altceva foarte comun. Nu cred că acest produs a fost creat pentru a fi folosit în asemenea cantități, iar după mirosul insuportabil părea că Manny își turnase toată sticla pe el. Cu toate acestea, părea foarte mulțumit de el.

La început, am crezut că talentele clinice superioare de care dădusem dovadă la ședința anterioară i-au adus lui Manny acel nou zâmbet aurit. Trebuia să fie vorba de acea legătură empatică pe care reușisem să o stabilesc cu noul meu pacient. Sau poate că era vorba de maniera profesionistă în care mă înfățișasem, îmbrăcat atât de corect în halatul meu de medic.

— Vad că te simți mai bine, am început eu conversația. Asta îi permitea să constate că eram un observator perspi

cace al condiției sale interne.

Manny nu a făcut decât să zâmbească și mai încântat. Luminile fluorescente din tavan se reflectau în dinții lui auriți. In acele vremuri, lentilele de contact „permeabile la gaz" pe care le purtam făceau ca ochii mei să fie foarte sensibili la lumină, motiv pentru care clipeam foarte des. Mi-era teamă că dacă închid ochii mai mult timp aș putea să pierd ceva foarte important.

— Observ de asemenea că azi te-ai dat cu foarte mult parfum.

— Este colonie.

— Exact. Colonie. E ceva destul de tare.

Spunând aceasta, am dat din umeri în semn de apărare și mi-am mutat scaunul ceva mai departe ca să pot respira. Mă simțeam puțin amețit.

— La naiba, ai dreptate, a recunoscut Manny. Am folosit-o pe toată pe care o aveam.

— Uuuh!

Așteptam ca Manny să-mi explice de ce se dăduse cu atât de multă colonie, dar el părea că avea mult mai multă răbdare decât mine. Și apoi, el nu trebuia să dea socoteală unui supervizor care dorise să știe de ce nu stabilisem un diagnostic pentru acel caz și cu atât mai puțin un plan pentru tratament. Pledasem pentru faptul că aveam nevoie de mai mult timp spre a „aduna informație". Știam că dacă aș fi recomandat amputarea nasului, acest lucru nu ar fi fost bine primit de către psihiatrii și psihologii cu bărbi à la Van Dyke, îmbrăcați în haine de tweed și fumători de pipă care stăteau în jurul mesei la conferințele noastre dedicate discutării cazurilor pe care le aveam.

— Spuneai că ai folosit tot parfumul pe care l-ai avut, l-am îndemnat eu din nou.

-— E colonie. Ț'am spus asta.

Acum zâmbeam și eu, dar prostește. Această situație nu ducea nicăieri. Am încercat din nou.

— Poate că ai putea să-mi explici de ce te-ai dat azi cu atât de multă colonie.

— Mirosul ăst' de vacă. Acum nu mai e. Manny părea foarte mândru de el.

— Vrei să spui că acum nu mai miroşi a vacă?

O încuviinţare din cap.

— Asta înseamnă că după ultima noastră conversaţie ai decis să, uf, să nu mai continui cu... cu scara ta?

Pur şi simplu nu puteam să pomenesc cu voce tare de problema sexului cu vaca. Dar se părea că primul meu contact terapeutic fusese atât de puternic că Manny nu mai prezenta simptomele lui supărătoare. Doamne, eram aşa de bun sau ce?

Când Manny s-a uitat la mine cu oarecare disconfort, mi-am dat seama că presupunerea mea era incorectă. De fapt, Manny continuase să facă sex cu vaca în săptămâna care trecuse de la ultima noastră şedinţă. Nu se schimbase nimic în această privinţă.

Singurul lucru diferit era că Manny găsise o modalitate de a camufla mirosul care îl deranja de atâta timp. El îşi rezolvase singur problema fără să aibă nevoie de intervenţie chirurgicală. Acum el îşi putea continua mulţumit afacerea lui bovină fără să mai simtă vreo vină supărătoare sau mirosul de vacă.

— A mai bună parte, doctore, mi-a spus el înainte să-mi strângă solemn mâna şi să iasă pe uşă pentru ultima oară, este că, la urma urmei, nu trebuie ca tu să-mi mai tai nasul. Şi pot să-ţi spun că de fapt nici nu ai vrut să faci asta.

învăţămintele

r

Deşi au trecut mulţi ani de când l-am văzut ultima dată pe Manny, încă mai sper că în cele din urmă el a reuşit să facă tranziţia la o relaţie cu unul dintre semenii lui. îmi place să cred că, într-o măsură oarecare, faptul că a vorbit cu mine şi şi-a dezvăluit secretul l-a ajutat să progreseze către un nivel mai potrivit al interacţiunii umane. Cu toate acestea, pot să spun că am fost sigur de un singur lucru, şi anume că nu-şi putea permite în nici un caz cantitatea de colonie necesară pentru a se da în fiecare zi acoperind astfel mirosul persistent.

După cea de a doua şedinţă, Manny nu s-a mai întors niciodată la clinică, cel puţin în perioada în care am lucrat eu acolo. Aceasta este povara meseriei mele de terapeut — foarte adesea nu aflu finalul poveştii. Clienţii pleacă pur şi simplu. Pleacă şi nu se mai întorc niciodată. Ei nu răspund la scrisori sau la telefoane. Şi în felul acesta suntem lăsaţi să ne imaginăm singuri ce s-a întâmplat, uneori cu ajutorul teoriilor inventive ale supervizorilor noştri.

Când am prezentat cazul lui Manny grupului de psihiatri şi psihologi de la conferinţele noastre săptămânale destinate discutării cazurilor, bineînţeles că au avut o zi plină de discuţii. Era adunarea distinsă a unor membri proeminenţi ai Facultăţii de Medicină, mulţi dintre ei îmbrăcaţi identic, nu în halate medicale ci în costume cu vestă de parcă ar fi fost clo-nele lui Sigmund Freud. Chiar şi singura psihiatră prezentă purta un costum cu vestă (deşi nu avea şi barba necesară).

Acesta era un grup competitiv, aşa că membrii ei au desfăşurat dezbateri cu privire la cea mai avantajoasă medicaţie pentru pacient ca şi despre cazurile pe care le întâlniseră în practica lor, cu mult mai interesante decât cel pe care îl analizam. Am încercat să le spun că Manny nu se va întoarce, că în loc de Clozaril, Prolixin, Fluanxol sau unul dintre medicamentele lor favorite antihalucinogene, el preferase parfumul, dar ei erau prea cufundaţi în discuţia lor ca să mă poată auzi. Păreau dezamăgiţi, dacă nu cumva chiar intrigaţi, de faptul că nu mă gândisem să-l invit pe unul dintre ei să cunoască acest caz curios pe care îl avusesem.

Lenjeria intimă

Mă întreb azi ce moştenire mi-a lăsat Manny. în primul rând, aş vrea să-mi alung din memorie imaginea prea vie a lui Manny apropiindu-se de o vacă arătoasă cu o scară sub braţ. Cu siguranţă că am învăţat şi chiar mă pricep să-mi ţin judecăţile sub control. De fapt, cazul imediat următor ce mi s-a repartizat a fost acela al unui cadru universitar care avea şi el un secret de mărturisit. Supravieţuisem deja primului meu pacient în încercările mele de a-mi păstra

calmul, așa că nu mi s-a părut foarte dificil să rămân netulburat în timp ce instructorul mărturisea că se îmbracă cu lenjeria soției lui după care simte apoi o nevoie incontrolabilă de a da fuga în stradă. în naivitatea mea, și pentru că nu m-am putut gândi la un alt lucru pe care să i-1 spun, i-am răspuns impulsiv.

— înțeleg. Așadar, spuneți-mi în ce problemă ați dori să vă ajut?

— Pardon? a spus el, sincer încurcat.

— Ei bine, am răspuns eu atent, dându-mi seama acum că ar fi fost foarte bine să găsesc o explicație bună pentru răspunsul meu neglijent. Spuneați că aveți niște preferințe sexuale bizare. La fel au foarte mulți oameni. Va place să vă îmbrăcați cu lenjerie de damă. Și ce-i cu asta? Pur și simplu mă întrebam ce este în neregulă cu acest comportament și pe care doriți să-l modificați?

Nu era vorba, bineînțeles, de ce am spus ci de cum am spus care i-a indicat tânărului profesor că nu eram deloc oripilat de confesiunea lui. Desigur, comportamentul era un pic cam neobișnuit, în special în ce privea fantasmele lui obsesive legate de fuga prin vecini îmbrăcat cu sutien și chiloți, dar, la naiba, auzisem o grămadă de lucruri mult mai ciudate stând într-un bar.

Profesorul m-a examinat foarte, foarte atent, căutând un semn al dezgustului sau chiar al vreunei judecăți critice. Dar deja petrecusem ceva vreme cu Manny. Nu doar pretindeam că sunt neutru, dar chiar așa mă simțeam în sinea mea. Dobândisem deja unul dintre cele mai importante talente ale terapeuților: cum să încetezi să-i judeci pe ceilalți. După tot ceea ce auzisem până atunci, oamenii puteau să-mi spună orice fără să obțină vreo reacție puternică din partea mea.

Când l-am întâlnit din nou pe acest instructor, în săptămâna următoare, mi-a spus că fantasmele lui recurente încetaseră. Teoria lui era că faptul că eu îl acceptasem l-a făcut să se simtă atât de minunat încât rușinea pe care o avusese inițial s-a diminuat substanțial. Și chiar în săptămâna care a urmat primei noastre ședințe el a dezvăluit unui prieten secretul lui, iar acesta a reacționat aproape în același fel ca și mine. De fapt, individul i-a împărtășit la rândul lui propriile sale preferințe sexuale ciudate.

Când ne-am întâlnit pentru ultima dată, două săptămâni mai târziu, instructorul mi-a spus aproape cu regret că nu mai simțea nevoia să se îmbrace cu lenjeria soției lui. Intr-un fel, acest lucru părea să fie o pierdere pentru el, ca și când ar fi fost nevoit să lase un anumit lucru în urmă, deși probabil unul nesănătos, pe care îl considera încă plăcut. El fusese „vindecat" de problema sa în primul rând de către puterea de acceptare din partea oamenilor. Pentru că nu-1 judecasem la modul critic și nu reacționasem negativ față de dezvăluirile lui, el a început să se accepte pe sine ca un om căruia uneori îi place să se îmbrace cu lenjerie de damă, așa cum fac și alți bărbați. In acest caz, „vindecarea" nu a constat atât de mult în stoparea comportamentului — deși frecvența lui s-a diminuat substanțial — cât în acceptarea faptului că el nu era o persoană rea, dementă, doar pentru că prefera o plăcere stimulativă care nu dăuna nimănui.

Nu am uitat niciodată această lecție, cel puțin atunci când e vorba de munca mea. Totuși ceea ce mă macină în continuare este faptul că adeseori în viața mea personală nu practic ceea ce fac cu clienții mei, cel puțin în ce privește această dimensiune. De îndată ce o persoană intră în cabinetul meu, pot să ascult orice îmi spune fără să am aproape nici o reacție negativă. La naiba, am intervievat criminali în serie și am ascultat mărturisirile lor criminale fără să am nici o reacție vizibilă (și nici chiar internă) față de ceea ce auzeam. Dar o dată ce ies din arena profesională, pot să fiu la fel de critic, de răutăcios și de ironic ca și cei mai buni dintre ei. Dacă observ că cineva nu trăiește conform standardelor mele neobișnuit de ridicate, dau din cap dezaprobator. Dacă cineva se mișcă mai încet decât cred eu că trebuie să se miște, atunci devin extrem de nerăbdător. Adevărul pe care eu nu vreau să-l recunosc este că (încă) nu am învățat să transfer totala mea acceptare și judecata necritică față de cei care vin la mine la cabinet asupra celor din viața mea personală care contează cel mai mult.

După cum sigur v-ați dat seama din această confesiune, sunt la fel de neiertător cu propriile mele slăbiciuni ca și cu scăpările celorlalți — cel puțin ale celor care nu sunt clienții mei. Dar unul dintre lucrurile minunate legate de munca mea este că în permanență reflectez la ceea ce fac, la cum fac și la felul în care pot să-mi trăiesc viața mult mai funcțional. Totul a început cu Manny.

Capitolul doi

Jon Carlson

Mumia de la masa din sufragerie

In timp ce mă pregăteam să scriu contribuția mea la la această carte, am încercat să calculez câte ședințe de terapie făcusem în viața mea. Cred că suma totală se ridică la aproape cincizeci de mii de ore, de-a lungul a peste treizeci de ani, pe care le-am petrecut cu familii, cupluri și persoane individuale. A fost destul de greu să aleg doar unul sau două din toate aceste cazuri, cele mai neobișnuite sau mai bizare, dar în cele din urmă a trebuit să admit că unele dintre ele ieșeau cu adevărat în evidență. O să încep cu câteva cazuri mai scurte, după care am să trec la evenimentul

principal.

Omul care purta scutece

Gândindu-mă la cazurile mele cele mai remarcabile, îmi vine în minte un individ care era cu adevărat ieșit din comun. Chiar așa.

Li'l Ricky era un bărbat la patruzeci și unu de ani care, după propria sa declarație, avea o dorință compulsivă de a ieși în public îmbrăcat în scutece. Nu trebuie să se înțeleagă că le purta pe sub haine. Pur și simplu el își dădea jos toate hainele ca să se plimbe pe stradă îmbrăcat doar în scutece. Acest Iu-cru nu era prea ușor, având în vedere că greutatea lui se ridica la mai bine de vreo două sute de kilograme.

Cum era de așteptat, familia lui era foarte alarmată de această situație. Părinții erau muncitori într-o fabrică. Erau niște oameni simpli, care nu avuseseră niciodată o casă a lor. Li'l Ricky era singura lor rudă. Erau foarte îngrijorați în ce privește viitorul lor și se gândeau că nu aveau cui să-l lase în grijă pe fiul lor. Li'l Ricky a venit pe lume când cei doi soți trecuseră de patruzeci de ani și se consolaseră deja cu ideea că nu vor avea niciodată un copil. Au fost încântați de apariția copilului, deși ar fi preferat să aibă o fetiță.

Părinții lui Li'l Ricky erau de-a dreptul înnebuniți de felul în care ajunsese fiul lor ciudat. Ei făcuseră tot ce le stătuse în putință pentru a împiedica ieșirile lui în scutece, dar se pare că nimic nu mergea. In final, s-au decis să-l închidă pur și simplu în camera lui pe timpul nopții ca să nu-i mai facă de râs defilând pe străzi cu burta lui rotundă care se revărsa peste scutece.

Pe măsură ce discutam cu Li'l Ricky, devenea tot mai evident că ceea ce își dorea cu adevărat era să fie femeie. El construia în secret o mică ghilotină cu care intenționa să-și taie penisul îndeplinindu-și astfel visul. Și cum începuse să capete încredere în mine, mi-a mărturisit că spera să facă aceasta în biroul meu. Singurul lucru care mi-a trecut prin cap pentru a-1 face să renunțe la această idee a fost să-i atrag atenția că secretara mea va refuza să curețe mizeria care ar rezulta în urma acestei operațiuni. în cele din urmă s-a arătat dispus să accepte scuza și să-și amâne planul cel puțin până în momentul în care își va putea permite o operație propriu-zisă de schimbare a sexului. In sețmn de bună-credință el mi-a adus ghilotina lui pentru penis care era încă neterminată. Nu sunt specialist în asemenea probleme, dar mi s-a părut că aparatul cu pricina ar fi putut fi foarte operativ la astfel de treburi.

în mod cert, Li'l Ricky avea nevoie să fie adus pe calea cea bună. El trebuia să fie ajutat să depășească acest rol infantil și să-și asume responsabilitățile unui om matur. Pentru a putea face acest lucru, avea nevoie de ceva îndemânare și de o slujbă. întrucât părea să aibă o înclinație artistică deosebită, dovedită de mica ghilotină pe care o construia, i-am sugerat să încerce să caute un loc de muncă unde să-și valorifice acest talent. El a acceptat sfatul meu și în cele din urmă a găsit să lucreze ca grafician. Mai mult decât atât, a reușit să se ducă în fiecare zi la lucru fără să poarte scutece — sau cel puțin fără ca acestea să se vadă. Când l-am văzut ultima oară, locuia încă cu părinții. Penisul lui rămăsese însă intact.

Dar nu acesta a fost cel mai ciudat caz pe care l-am avut.

Un nou mod de a trimite pe cineva la medic

Cu câțiva ani în urmă am primit un telefon cam ciudat.

— Dr Carlson? a întrebat o voce impersonală.

Pentru un moment am crezut că persoana respectivă pusese telefonul pe speaker.

— Da. Cu ce vă pot fi de folos?

— Sun de la sediul asociației de stat OZN.

Era vorba de o fraternitate sau de cine știe ce organizație profesională la care mă asociasem uitând între timp să plătesc cotizația? Fac parte din atât de multe asociații încât îmi este greu să țin evidența fiecăreia.

— OZN?

— Da, a răspuns vocea cu o aroganță de parcă aș fi fost un idiot care nu era în stare să-și dea seama cu cine vorbește. Știți, OZN, obiecte zburătoare neidentificate. Noi monitorizăm aceste activități în cadrul statului, ținem evidența aparițiilor și oferim sprijin celor care au fost răpiți.

— Răpiți?

— Da. De fapt, v-am telefonat pentru că mă întrebam dacă nu cumva lucrați cu oameni care au avut asemenea întâlniri.

— întâlniri?

— Da, întâlniri. Ne întrebam dacă ați ajutat vreodată pe oamenii care au văzut extratereștri sau care au fost răpiți de ei.

— Ah, nu, am spus eu. Nu am prea multă experiență în acest domeniu.

— E în regulă. Presupun că nu sunt prea mulți profesioniști care au așa ceva. Aceasta este o specialitate destul de nouă. Dar sunt sigur că, pe măsură ce aceste întâlniri se vor înmulți, veți întâlni tot mai des asemenea persoane. Și, domnule doctor, credeți-mă, ele se vor înmulți.

— Bănuiesc că nu pot decât să contez pe cuvântul dumneavoastră în această privință.

— A, hm. în fine, ne întrebam dacă nu vreți să acordați consultații în acest domeniu.

— Bineînțeles, am răspuns bucuros.

La naiba, voi consulta aproape orice persoană care îmi trece pragul — în ce mă privește, cu cât este cineva mai ciudat cu atât mai bine. Acesta este unul dintre aspectele care îmi place cel mai mult la munca mea.

La puțin timp după această convorbire, și-a făcut apariția în biroul meu o femeie cu o înfățișare destul de comună. Nu știu la ce mă așteptam din partea cuiva care s-a aflat pentru un timp pe alte planete și de asemenea a călătorit de la una la alta, dar această persoană era plăcută și, spre surprinderea mea, foarte inteligentă. Ea își petrecuse aproape șapte ani la colegiu, adunând un credit de peste două sute de ore, dar fără să reușească să opteze pentru o specialitate principală sau să absolve. Cred că problema ei era că nu putea să se concentreze. Dar motivul pentru care venise să mă vadă nu era nici pe departe acesta.

Femeia avea doi copii, un băiat și o fată. Fiul spărgea ușile din casă. Ea îl trimitea în camera lui, iar el se enerva și do-bora ușile. înainte să aflu mai multe despre acest comportament ciudat, femeia m-a mai informat că fata ei a părăsit de curând orașul în care tocmai se instalase circul. Se pare că se îndrăgostise de un băiat care lucra la circ. Acesta i-a spus că era trapezist deși mai degrabă arăta ca unul dintre băieții care montau instalațiile și aveau grijă de ele.

E cum nu se poate mai bine, mă gândeam eu, încercând să dau de capăt tuturor acestor lucruri. Această femeie se întâlnește cu extratereștri. Unul dintre copiii ei tocmai s-a alăturat circului, iar celălalt adoră să pună ușile la pământ.

Dar era mai mult decât atât.

Se pare că faptul că locuia cu soțul ei și cu un fiu furios nu o împiedicase să-și invite iubitul să se mute cu ei. Astfel, marțea, miercurea și sâmbăta urma să-și petreacă noaptea cu soțul ei, iar în zilele de luni, miercuri și vineri, cu prietenul ei. Duminica ei ar fi procedat prin rotație.

— Pare un aranjament echitabil, am observat eu, neștiind ce altceva să zic.

— Așa credem și noi, a răspuns ea. Dar nu mă aflu aici pentru a discuta despre asta. Am venit pentru că ei mi-au spus că trebuie să discut cu cineva despre extratereștri.

— Bine. Haide să vedem despre ce este vorba.

Și astfel a început relația noastră terapeutică. La ședințe am avut într-adevăr parte de descrieri foarte vii ale răpirilor ei. Cu toate acestea, tratamentul s-a axat pe preocupările ei mult mai pământești. în cele din urmă ea a fost în stare să pună ordine în familie. în primul rând a pus capăt aventurii ei obli-gându-1 pe prieten să se mute de la ea. Apoi a hotărât ca fiul ei să urmeze un tratament medical. Cât despre fiica sa, nu i-a permis să revină acasă decât cu condiția să-și plătească chiria sau să se întoarcă la liceu.

Eram destul de mulțumit de progresul ce-1 îl făcusem. Singurul lucru pe care se părea că nu puteam să-l rezolv erau pretinsele ei contacte cu extratereștrii. Orice aș fi spus, ea insista asupra faptului că nu putea controla aceste relații extraterestre. în cele din urmă mi-am dat seama că, în comparație cu celelalte probleme pe care le avea, aceasta era de-a dreptul minoră.

Dar nu acesta este exact cazul despre care doream să vă povestesc. Mai am unul, mult mai bun, care se referă la o familie pe care cu siguranță nu o veți uita.

Piatra

Primul lucru pe care l-am remarcat la Trina a fost nervozitatea ei accentuată. Măsura camera de la un capăt la celălalt, uitându-se când în dreapta când în stânga ca și cum ar fi căutat pe cineva care s-ar fi ascuns acolo. In afară de această neliniște evidentă — și, de altfel, trebuie să recunoaștem că majoritatea oamenilor care vin la mine sunt un pic temători — mi-a făcut impresia unei persoane bine făcute și atrăgătoare, poate puțin cam plinuță. Singurul lucru în legătură cu ea, care mi s-a părut cam nelalocul lui, era tendința de a-și legăna întruna piciorul atunci când vorbea. într-un fel, era ca și cum mișcările piciorului erau conectate la activitatea creierului, reflectând ceea ce gândea sau vorbea în acel moment.

Se pare că nervozitatea Trinei se extindea și asupra felului în care încerca să-și organizeze viața. Era deosebit de atentă în ce privește punctualitatea. La ședințe, venea întotdeauna mai devreme. Indiferent de ora la care erau programate întâlnirile noastre, o auzeam intrând în camera de așteptare cu zece, cincisprezece minute, uneori chiar cu o jumătate de oră înainte de ora fixată. Astfel, am fost foarte surprins când, într-o zi, nu a apărut la ora stabilită.

Tocmai începusem să mă uit pe o lucrare, când Trina și-a făcut apariția, cu aproape o jumătate de oră întârziere.

— îmi pare foarte rău, s-a scuzat ea. îmi pare foarte, foarte rău.

— Ei, nu-i nimic, am spus eu. Despre ce ai vrea să vorbim astăzi?

— Pur și simplu nu am putut, a continuat să se scuze în legătură cu întârzierea ei neprevăzută.

Am observat că în timp ce vorbea piciorul ei făcea mișcări circulare foarte largi.

— Nu e nici o problemă, am asigurat-o eu din nou.

— Am văzut o piatră în mijlocul drumului. Am trecut pe lângă ea cu mașina.

— A! am exclamat eu neavând nici cea mai mică idee despre ce ar putea să însemne asta.

— Pur și simplu nu am putut să-mi scot din minte imaginea acelei pietre așezate acolo. Aproape că ajunsesem aici — eram la câțiva kilometri — când mi-am dat seama că trebuie să mă întorc și să iau piatra.

— Ai făcut tot drumul înapoi până acasă doar ca să culegi o piatră?

Speram ca intrigarea mea să nu răzbată în tonul cu care îi pusesem întrebarea. Nu voiam să-i rănesc sentimentele.

A dat din cap tristă, după care a început să se caute în buzunar pentru a-mi arăta dovada. Era o piatră pur și simplu obișnuită, cu diametrul de câțiva centimetri.

Fotografii de familie

O dată ce am reușit să trecem de piatră, pe care am așezat-o cu grijă pe biroul meu, a început să-mi povestească despre familia ei. Era ușor să te pierzi în toată mulțimea aceea de detalii. Trina credea că mama ei era lesbiană. Iar tatăl ei era un alcoolic agresiv. Mi-a mai spus că fratele ei era homosexual, iar sora sa locuia singură la o fermă izolată — cel mai apropiat vecin se afla la vreo zece kilometri. Apoi, în mijlocul tuturor acestor relatări despre familia, mi-a mărturisit că dacă ar slăbi câteva kilograme s-ar putea înțelege mai bine cu soțul ei.

La ședința următoare, Trina a venit împreună cu soțul ei. Era un individ înalt, mătăhălos, cu o tunsoare dezordonată și care părea și mai nervos decât soția lui. Pe tot parcursul întâlnirii și-a frământat încontinuu palmele, ca și cum s-ar fi spălat. La un moment dat am simțit nevoia irezistibilă de a-i oferi un săpun.

— Ei bine, a început el să mă informeze, familia soției mele este destul de ciudată, poate chiar mai mult decât a mea, deși trebuie să recunosc că avem și noi înșine ciudățeniile noastre.

— Nu prea înțeleg ce vrei să spui, l-am încurajat eu.

După mișcarea mâinilor lui la care era acompaniat de piciorul săltăreț al Trinei, mi-am dat seama că avea să urmeze o poveste foarte interesantă.

— Vedeți, sora mea...

•— A, a...

— Vedeți, ea are fata asta.

— Adică nepoata ta, i-am venit eu în ajutor.

— Corect. Nepoata mea. In orice caz, fata tocmai s-a logodit cu băiatul ăsta.

— Spune-i numele ei, Jake, a intervenit Trina. Și apoi, în-torcându-se către mine: Numele ei este Melba, ca și biscuiții. A râs nervos scuturându-și piciorul. Cu un nume ca ăsta, Ia ce te poți aștepta.

— Tu vorbești, s-a răstit Jake la soția lui, cu familia aia a tal

— Spuneai că ai o nepoată care tocmai s-a logodit, am spus eu încercând să-l fac să revină la povestea inițială.

— Corect, a răspuns Jake, spălându-și mâinile cu și mai multă râvnă. Eram cu toții în casa surorii mele când ne-a anunțat acest lucru. Toată lumea a rămas surprinsă și...

— Sigur că da, l-a întrerupt Trina, pentru că nimeni nu se aștepta ca această fată să se mărite vreodată.

— Spuneam..., a continuat Jake, aruncându-i soției o privire plină de reproș.

Am fost de acord cu el, trebuia să-l lase să vorbească. în ce mă privește, voiam să aflu unde duceau toate aceste

lucruri. Și de asemenea trebuia să revin la istoria familiei Trinei.

— Unde rămăsesem? a întrebat Jake.

— Tocmai îi spuneai ceva despre biscuitele ăla nebun de Melba.

— Corect. Prin urmare, eram cu toții acolo. Sora mea ne-a întrebat dacă vrem să vedem o fotografie a prietenului. Bineînțeles că voiam, cu atât mai mult cu cât vedeam cât de încântată era de faptul că fiica ei urma să se mărite. A scos imediat poza din geantă. Se pare că purta aiureala aia tot timpul la ea, în caz că cineva ar fi vrut să-l vadă pe proaspătul logodnic al Melbei.

— Spune-i odată, a sărit Trina nerăbdătoare.

S-a uitat la mine cu un zâmbet larg pentru a mă asigura că urma ceva tare.

— Bine. Bine. Potolește-te. Așa, deci m-am uitat la fotografie și, trebuie să recunosc, nu era un tip urât. Nu arăta ca un manechin sau ceva de genul ăsta, dar avea o față drăguță.

— Spune-i și restul, a zis Trina lovind cu piciorul în aer.

— Ei bine, domnule, în fotografia aceea individul era cu pantalonii în vine. Și avea o erecție uriașă.

— O erecție? am întrebat eu nefiind sigur că am auzit bine.

— Da, avea o sculă imensă care stătea în erecție. Și nebuna de soră-mea era așa de mândră că fata ei se mărita cu tipul ăsta. Ea purta peste tot pe unde se ducea poza asta cu el și cu cocoșelul Iui. Probabil că o scotea din geantă când se ducea la piață ca să o arate vânzătorului sau oricui era prin preajmă.

— Ei bine, nimic nu se compară cu o soacră mândră, am observat eu neștiind ce să mai spun.

Mătușa de mult pierdută

— Jake, a spus soția lui, de ce nu-i povestești doctorului și alte lucruri despre familia ta trăsnită?

Lui Jake însă nu-i plăcea să fie în centrul atenției și ar fi vrut ca eu să mă întorc la Trina, de vreme ce ea era persoana pe care trebuia să o ajut. Desigur, aproape în toate cazurile, soția e cea care este considerată drept pacient, ea este cea care aduce cuplul Ia terapie. Dar chiar dacă în aceste probleme sunt implicați de regulă atât soțul cât și soția, am învățat să nu pun această chestiune prea repede pe tapet, pentru că soțul ar fi evitat să mai vină.

— Bine, Trina, am încurajat-o eu, spuneai că, la rândul tău, provii dintr-o familie cu multe probleme.

— Nu uita să-i spui doctorului despre fratele tău, despre mătușa ta și despre toți ceilalți, a înghiontit-o Jake.

— El se referă la fratele meu care este un fel de homosexual și la mătușa mea, o persoană timidă în felul ei, a spus Trina.

— Mătușa ta nu se simte foarte confortabil în prezența altora?

Trina a râs nervos. Piciorul ei a început să se legene atât de tare înainte și înapoi încât am crezut că își va pierde pantoful.

— Da, s-ar putea spune și așa. Și a râs din nou nervos. Ea și cei din famila ei trăiesc cam izolați. Și apoi trebuie să recunosc că mă văd foarte rar cu familia mea.

Mărturisirea asta părea să o întristeze.

— Vrei să spui că ei nu prea ies? am grăbit eu lucrurile.

Nu eram prea sigur unde vrea să ajungă dar, dacă era să mă iau după barometrul piciorului ei, povestea aceasta avea să o depășească cu siguranță pe cea despre nepoata lui Jake și logodnicul ei.

— Da, ei stau mai mult în casă. Aș putea spune că toți din familia asta sunt cam excentrici.

Spunând aceasta, Trina s-a oprit brusc ca și când nu ar mai fi vrut să meargă mai departe. L-a privit întrebător pe soțul ei care de data aceasta nu a mai provocat-o în nici un fel.

După acest incident, terapia a mers destul de bine. I-am ajutat să învețe să se asculte și să nu se mai întrerupă unul pe celălalt, astfel încât au ajuns să aibă o comunicare mai bună. Am observat că ticurile lor nervoase păreau că se diminuează în timp. Dar lucrul cel mai supărător pentru Trina era că nu reușea să slăbească îndeajuns. în plus, am ajuns amândoi la concluzia că trăia cam izolată. Avea doar câțiva prieteni, iar cu cei din familia ei se vedea foarte rar. Cu timpul, Trina a ajuns să înțeleagă că nu va face progrese dacă nu va reuși să comunice cu rudele ei și să le înțeleagă mai bine.

în primul rând, Trina a încercat să vorbească cu fratele ei homosexual. Acesta nu mai avea nici un fel de relații cu familia. Nu se simțise niciodată acceptat cu adevărat de membrii acesteia. Deși s-a bucurat să o vadă, el nu prea a avut ce să-i comunice despre restul familiei. Apoi Trina a sunat-o pe sora ei, care i-a dat o mulțime de informații, dar care nu erau nici recente și nici utile la ceva. în cele din urmă ea s-a gândit că ar fi bine să încerce la singura rudă care mai era în viață în afara lor, mătușa ei, cea despre care îmi spusese că este timidă. Trina nu o văzuse și nici nu auzise nimic despre ea de foarte mult timp. A sunat-o de mai multe ori acasă, dar nu a primit vreun răspuns. în puținele ocazii când cineva a ridicat receptorul, unul dintre copiii ei probabil, i-a spus că aceasta este ocupată și că nu poate veni la telefon. Se părea că mătușa dispăruse, nefiind niciodată în preajma soțului sau a copiilor ei. Era foarte ciudat.

In final, Trina a decis că ar trebui să-i facă măturii sale o vizită neanunțată. A luat legătura cu fratele ei pentru a o ajuta și, împreună, au plecat cu mașina acasă la ruda lor pentru a vedea cum stau lucrurile. Ajunși acolo, au ciocănit la ușă. în-tr-un final le-a deschis unchiul lor care le-a spus pe un ton ferm că mătușa nu poate veni la ușă. Ei au continuat să strige, dar de fiecare dată unchiul îi alunga spunându-le că mătușa efectiv nu era disponibilă.

Misterul

Exasperată și îngrijorată, Trina a persistat în eforturile ei de a intra în legătură cu mătușa de mult pierdută pentru ea.

— Așa că ne-am mai dus de câteva ori acolo, mi-a spus Trina la o ședință la care eram numai noi doi.

De obicei, când Jake nu era prezent, nu mai era atât de nervoasă și se arăta mult mai cooperantă. De data aceasta însă, observând felul în care își agita piciorul, mi-am dat seama că era cu mult mai neliniștită decât o văzusem până atunci.

— în cele din urmă am sunat la poliție pentru a verifica cum stau lucrurile.

— Asta înseamnă că erați foarte îngrijorați.

— Dumneavoastră nu ați fi fost? Vreau să vă spun că nu o mai văzusem de ani de zile. Și pe măsură ce mă gândeam la acest lucrul, mi-am dat seama că nici măcar nu vorbisem cu ea la telefon în tot timpul ăsta. Noi două fuseserăm foarte apropiate cândva, după care, dintr-o dată, ea a încetat să mai țină legătura cu mine și cu toți ceilalți.

— Spuneai că ați sunat la poliție.

— Da, și polițiștii s-au dus acolo ca să vadă ce se întâmplă. Au bătut la ușă, dar unchiul meu nu le-a permis să intre în casă. Ei l-au avertizat că vor reveni cu un mandat de percheziție, dar acesta le-a răspuns că nu au decât să facă ce vor. Unchiul meu stătea împreună cu copiii lui la ușă și pur și simplu nu lăsau pe nimeni să intre în casă. Când polițiștii au întrebat de mătușa mea, ei le-au răspuns că era în baie, și asta a fost tot. După care au trântit ușa, iar polițiștii au fost nevoiți să plece.

— In situația asta, am spus eu, presupun că nu mai aveți ce să faceți.

— La naiba, sigur că o să facem ceva! In casa aia se petrece ceva ciudat și eu vreau să aflu cu orice preț.

Astea fiind zise, ședința noastră a luat sfârșit.

Mumia

La următoarea ședință, Trina a venit din nou singură. Părea puțin mai agitată decât de obicei. Eram într-o dispoziție bună așa că am întrebat-o:

— O altă piatră pe drum?

— Ă?

— Se pare că ceva te-a supărat în mod deosebit azi. Mă întrebam dacă nu cumva ai găsit o altă piatră pe drum.

— Nu, nu e vorba de pietre.

Părea foarte tristă.

— Atunci, ce se întâmplă?

— Ei bine, nu o să-ți vină să crezi, dar au găsit-o pe mătușa mea.

— Asta e grozav!

— Nu, vreau să spun că poliția a găsit-o.

— Ce vrei să spui? Mătușa ta se rătăcise?

— Nu, de fapt este moartă.

— Moartă?

— Da, poliția a obținut un mandat, a reușit să intre în casă și în cele din urmă a găsit-o. Era moartă.

Fața Trinei se umpluse de lacrimi. Era atât de supărată încât până și piciorul ei încetase să se mai miște.

Am tăcut o vreme, lăsând-o să se liniștească, după care am întrebat-o ce se întâmplase de fapt.

■— Este moartă de mai multă vreme, a răspuns Trina printre lacrimi.

— Vrei să spui că a murit cu câteva zile în urmă.

Piciorul ei a început din nou să se legene.

— Nu, vreau să spun demult.

— Ce înseamnă demult?

— Ei bine, acum șapte ani.

— Stai puțin. Dă-mi voie să înțeleg. Din cauza aceasta nu te-ai văzut cu mătușa ta în toți acești ani? Pentru că era moartă?

Trina s-a mulțumit să dea din cap.

— Era îngropată în casă sau ceva de genul ăsta? De fapt, ce s-a întâmplat? Un cadavru emană un miros îngrozitor. Vecinii nu au suspectat nimic?

Voiam să-i pun o mulțime de alte întrebări, dar apoi mi-am dat seama că eram mult mai interesat să-mi satisfac curiozitatea decât să o fac să se simtă mai bine.

— Ei bine, ce s-a întâmplat de fapt a fost că unchiul meu și un stomatolog ciudat au transformat-o într-o mumie.

Nu știam dacă să-i cer explicații despre mumie sau despre stomatolog.

— Continuă.

— Intr-adevăr, era o mumie exact cum vezi la televizor, umplută și înfășurată într-un fel de material. Arăta ca în filmele de groază, cu pielea atârnându-i, galbenă și zbârcită. Avea chiar și păr pe cap.

Se pare că mătușa ei avusese o serie de probleme cu sănătatea, care nu răspundeau la tratamentele tradiționale, astfel că în cele din urmă ea a apelat la un dentist care practica medicina alternativă. El a tratat-o cu o serie de loțiuni pentru spălă-turi intestinale făcute din suc de lămâie și alte substanțe care se pare că deveneau toxice în urma administrării prelungite, în cele din urmă mătușa a murit din cauza acestor tratamente.

Devastat de durere, soțul a decis să-și îmbălsămeze consoarta și să o transforme într-o mumie. în felul acesta, el și copiii lui i-ar fi simțit prezența în continuare și nu ar mai fi fost atât de îndurerați. Și iată cum, în toți acești ani, mătușa a fost ținută în casă. De multe ori, când luau masa, ei o puneau în capul mesei din sufragerie. în felul acesta ea putea să vegheze întâlnirile de familie, așa cum făcuse în tot timpul vieții.

Noaptea, soțul își ducea soția mumificată în pat cu el, așa că puteau dormi în continuare împreună. Dimineața, întreaga familie ajuta la îmbrăcarea ei. Ei îi pieptănau părul — cu mare atenție, pentru că începuse să-i cadă în smocuri. Apoi o instalau în fotoliul ei favorit din fața televizorului pentru a se putea uita la telenovele și la jocuri în timp ce ei erau plecați la școală și la muncă.

— Ce s-a întâmplat în cele din urmă? am întrebat-o pe Trina.

— Ce vreți să spuneți?

— Știi tu, am îndemnat-o eu, cu familia mătușii tale.

Știa atât de multe povești ciudate despre familia ei, încât

uneori uita să le spună până la capăt.

— A, da. Ei bine, autoritățile au îngropat-o pe mătușa mea,

iar copiii au fost dați în grija serviciilor sociale. Am aflat însă că după câteva zile, ei s-au întors să locuiască cu tatăl lor și cu dentistul.

— Vrei să spui, cu cel care i-a omorât soția?

— Chiar cu el.

Descifrarea cazurilor ciudate

Cu toate ciudățeniile pe care le spunea, clienta mea era o persoană foarte simpatică. îmi plăcea foarte mult și abia așteptam să o întâlnesc la ședințe. în ciuda excentricităților ei și ale familiei, avea destul de mult succes în afaceri: cumpăra case împreună cu soțul ei, le amenaja, după care le vindea în profit. Făcuse același lucru cu iahturi, apoi cu mașini. își petrecea mai tot timpul cumpărând și vânzând lucruri, fapt care afecta într-o oarecare măsură stabilitatea vieții ei de zi cu zi. în perioada în care am lucrat cu ea s-a mutat de vreo zece ori dintr-o casă în alta.

Chiar şi după ce Trina şi soţul ei au renunţat la tratament, am continuat să mă gândesc la ei. Mă întrebam de asemenea ce s-a întâmplat cu mumia familiei. Dar, aşa cum a menţionat şi Jeffrey în povestirea lui, acesta este cel mai frustrant lucru care se poate întâmpla într-o terapie — oamenii renunţă uneori înainte de a fi pregătiţi să facă acest lucru.

De câte ori am de-a face cu cazuri de-a dreptul stranii, cum a fost acesta din urmă, mă întreb care este scopul unui asemenea comportament? Cum funcţionează el pentru persoana în cauză?

Cazul mumiei a fost unul foarte dificil de înţeles. Aparent, familiei i-a fost foarte greu să se despartă de mamă. Ea era cea care, prin prezenţa ei, reuşea să unească familia. Un alt lucru straniu legat de acest caz a fost că atunci când fiecare membru al familiei a fost supus unor evaluări psihologice, s-a dovedit că toţi erau normali.

Capitolul trei

Frank Pittman

Fixaţia orală a albinei bâzâitoare

rank Pittman este, în domeniul său, una dintre vocile impunătoare ale autorităţii morale. în articolele sale din Psychology Today şi Psychotherapy Networ-

ker, ca şi în cărţile sale dedicate problemei devotamentului în cadrul relaţiilor, Pittman îşi exprimă într-un mod destul de îndrăzneţ opiniile cu privire la ceea ce crede el că este bine pentru oameni (aşa cum se va vedea şi în acest capitol).

în calitatea sa de psihiatru, Pittman a îmbrăţişat încă de la începutul carierei sale o abordare bazată pe sistemele familiale. El a depus de asemenea un efort considerabil pentru a încerca să înţeleagă felul în care tinerii şi bărbaţii adulţi sunt socializaţi în rolurile tor sexuale. De nenumărate ori, în scrierile şi discursurile lui despre problemele fidelităţii şi intimităţii, Pittman subliniază importanţa asumării de către fiecare individ a responsabilităţii morale pentru opţiunile şi comportamentul său.

La prima vedere, cititorul şi-ar putea imagina că accentid pus pe asumarea de către individ a responsabilităţii pentru comportamentul său ţine în bună măsură de o abordare behavioristă. Cu toate acestea, Pittman este mai degrabă un analist al istoriei precum şi un admirator al sistemelor familiale mai mari. De fapt, în recenziile sale cinematografice, el examinează de obicei filmele contemporane în contextul originilor lor istorice şi modul în care ele reflectă cultura noastră.

Printre cele mai cunoscute cărţi ale sale se numără: Turning Points: Treating Families in Transition and Crisis (La răscruce de drumuri: cum să tratezi familiile care trec prin perioade de criză sau de tranziţie); Private Ries: Infidelity and the Betrayal of Intimacy (Minciuni private: infidelitatea şi trădarea intimităţii); Man Enough: Fathers, Sons, and the Search for Masculinity (Destul de bărbat: taţi, fii şi căutarea masculinităţii) şi Grow Up! How Taking Responsability Can Make You a Happy Adult (Maturizează-te! Despre modul în care asumarea responsabilităţii te poate transforma într-un adult fericit).

Pe lângă abilităţile lui de comunicare, Pittman dă dovadă de un spirit glumeţ şi provocator, motiv pentru care este invitat adeseori la emisiunile TV, atunci când este nevoie de vocea matură şi lucidă a unei autorităţi în probleme de sănătate mentală.

Pittman ne-a mărturisit că cel mai memorabil dintre cazurile sale a avut loc cu patruzeci de ani în urmă, la începutul anilor '60, pe când era psihiatru rezident. Aşa cum se obişnuia în acea perioadă, el urma o pregătire intensivă pentru a deveni psihanalist specializat în tratamentele individuale de lungă durată.

— Nu pot să-mi scot Albina Bâzâitoare din minte, a început Frank conversaţia.

— Ce bâzâitoare?

— Nu ce. Cine. Albina Bâzâitoare era numele său.

Astfel îl numea el pe unul dintre pacienţii săi pe care, mai mult decât pe oricare altul, nu putea să-l uite sub nici o formă.

— Prima dată am lucrat cu Bâzâitorul timp de doi ani. Apoi am plecat la Denver, unde am făcut un fel de terapie preventivă de familie. Şase ani mai târziu, când m-am întors în Atlanta, ca director al serviciilor psihiatrice de la spitalul unde l-am întâlnit pentru prima dată pe Bâzâitor, acesta şi-a făcut din nou apariţia şi în cele din urmă am ajuns să lucrez cu el timp de douăzeci de ani.

— Asta a fost o terapie scurtă, a comentat Jeffrey. Unui terapeut obişnuit i-ar fi luat cel puţin patruzeci de ani pentru a-1 vindeca pe acest individ.

Pittman a râs aprobativ.

— Ei bine, a continuat el plin de modestie, nu ştiu dacă el s-a ales sau nu cu ceva din această terapie, dar cu siguranţă că eu am învăţat foarte multe.

— Păi, povesteşte-ne ceva despre acest caz, am spus noi nerăbdători.

Frank Pittman nu este omul pe care să-l faci să se grăbească. Cu accentul său uşor sudic şi cu manierele sale alese, este născut să fie povestitor. Ne-a cerut să-l lăsăm să-şi spună povestea în ritmul şi în felul său propriu.

— Sunt de-a dreptul dezamăgit atunci când întâlnesc persoane ale căror probleme îmi sunt atât de familiare încât pot să trec pe pilot automat. Dacă nu este vorba de ceva nou pentru mine sau care să mă provoace, mi-e teamă nu numai că o să-mi pierd timpul meu dar şi pe al lor. Pur şi simplu nu mă stimulează astfel de probleme, oricât de inedite li s-ar părea lor la acea dată.

înainte să treacă la povestea lui, Pittman a ţinut să explice cum comportamentul, în special cel sexual, este modelat de către experienţele noastre cele mai timpurii, legate de ceea ce ne apare atractiv. Chiar dacă este un terapeut specializat în sistemele familiale, rădăcinile sale psihanalitice sunt adânc înfipte în gândirea sa.

— îmi aduc aminte de un tip a cărui soţie se plângea de faptul că o înşela tot timpul. Era cea de a cincea lui nevastă. El a venit la mine şi mi-a explicat că avea relaţii sexuale cu foarte multe persoane. Se culcase bineînţeles cu toate soţiile lui, dar şi cu câteva mii de alte femei, vreo două sute de bărbaţi şi chiar cu câteva persoane care treceau prin operaţii de schimbare de sex.

Deşi noi am izbucnit în râs, Pittman nu părea deloc amuzat de acest gen de probleme. Devotamentul şi fidelitatea sunt teme importante în munca sa cu cuplurile.

— Pe lângă toţi aceşti parteneri sexuali, tipul mi-a spus că prima sa experienţă sexuală o avusese la doisprezece ani, cu măgarul vecinului său. Mi-a mărturisit că, în ciuda faptului că a avut relaţii sexuale cu un număr mare de persoane, încă mai are erecţii când vede un măgar drăguţ. Astfel am descoperit că primele experienţe sexuale ale indivizilor îi marchează şi le semnalează lucrurile de care vor fi atraşi de acum încolo. De câte ori îmi aduc aminte de Bâzâitor, meditez la acest lucru.

Lucrurile sunt diferite

atunci când ai crescut la ţară

— Albina Bâzâitoare era un analfabet care terminase şase clase, venit de undeva de la ţară din Alabama, a continuat Pittman. Am crescut şi eu acolo, într-o familie diferită de cea a Bâzâitorului dar probabil la fel de nebună. Este un

loc ideal pentru a face pe nebunul — nimeni nu te observă. în fine, tatăl Bâzâitorului plecase cu o altă femeie şi de atunci nu se mai ştia nimic despre el. Mama sa era retardată şi trăia din ajutorul social. Ei locuiau într-o mică colibă cu podeaua plină de murdărie. Mama nu fusese la film niciodată. Şi cu siguranţă că nu citise în viaţa ei o carte. Nu aveau televizor sau ceva de genul ăsta. în schimb aveau un bunic care era un predicator Holy Roller obsedat sexual. Era un bătrân poruncitor şi autoritar, capricios şi imprevizibil şi care inspira teamă familiei sale. Avea obiceiul să se ducă acasă la ei şi să le predice despre ororile sexului după care se apuca să-i bată.

Culmea ironiei a fost că toate aceste discursuri despre sex i-au stimulat pe Bâzâitor şi pe sora lui mai mare. Trebuie să ţinem cont că avem de-a face cu regiunile rurale ale Alabamei, unde kilometri întregi nu mai întâlneşti alţi copii şi unde nu prea ai parte de prea multe distracţii. Astfel, cei doi fraţi au început să aibă contacte sexuale unul cu celălalt. Foarte multe.

După ce am discutat despre relaţiile sexuale cu măgari şi apoi despre incest, Pittman a făcut referiri la o carte pe care el o recenza şi care trata problema sexualităţii.

— Tocmai am realizat cât de diferit sunt percepute relaţiile sexuale de către cei care vin de la ţară, din Sud, a observat Pittman. Trebuie să înţelegeţi ceva: atunci când locuieşti la ţară nu sunt prea mulţi oameni în jurul tău şi din cauza aceasta lucrurile stau foarte diferit acolo.

Am râs din nou şi de data aceasta Pittman ni s-a alăturat, dar dincolo de comicul celor spuse de el se simţea şi altceva.

— Aşadar, Bâzâitorul a avut la nouă ani o relaţie incestuoasă cu sora lui mai mare. La zece ani făcea sex oral cu colegii lui pentru bani. A fost dat afară din şcoală pentru că cei de acolo nu au reuşit să-l facă să renunţe la acest obicei. Se pare că acesta a fost singurul lucru din viaţa lui pentru care a fost apreciat. Prin urmare, el a părăsit şcoala şi s-a întreţinut din practicarea prostituţiei masculine, de la vârsta de doisprezece până la şaisprezece ani când a dat serios de necazuri.

— Vrei să spui că nu dăduse încă de necazuri?

— Ei bine, trebuie să avem în vedere că acesta era un mic orăşel din Alabama unde oamenii nu se plimbă pur şi simplu de colo-colo oferind sex oral la cerere. Bâzâitorul trebuia să meargă din uşă în uşă şi să întrebe dacă îşi putea oferi serviciile. Era singurul talent pe care şi-l cultivase până la acea dată.

în cele din urmă, Bâzâitorul a părăsit oraşul şi s-a stabilit în Atlanta, unde a întâlnit-o pe Sue, care la acea dată avea cincisprezece ani. Deşi avea şi el doar şaisprezece ani, a lăsat-o însărcinată, după care s-a căsătorit cu ea şi s-a mutat la părin

ţii ei.

S-a întâmplat ca în ajunul Crăciunului Bâzâitorul, neavând bani pentru cadouri, să-i ofere socrului său o partidă de sex oral. Astfel, a ajuns să aibă o aventură cu tatăl soţiei lui care a durat câţiva ani.

— Stai puţin, Frank. Ia-o mai încet, l-am avertizat noi, încercând să asimilăm toate lucrurile pe care ni le spunea.

Singurul lucru la care se pricepea Bâzâitorul era să facă sex oral cu alţi bărbaţi. S-a căsătorit, dar în cele din urmă a ajuns să aibă o relaţie Cu socrul său. încercam să facem ordine în toate aceste lucruri, în vreme ce Pittman ne bombarda cu tot mai multe informaţii.

La vremea la care Bâzâitorul împlinise optsprezece ani avea deja un al doilea copil, dar rămăsese la fel de incapabil să-şi găsească un serviciu pentru că era analfabet şi nu avea alte talente în afară de fixaţia sa orală. Tot atunci, mama lui Sue a descoperit că ginerele său se culca cu soţul ei şi cu fata ei. Lucrurile nu puteau continua în felul acesta, aşa că l-a dat afară din casă pe Bâzâitor. Sue nu s-a opus, gândindu-se că oricum nu avea ce să mai facă cu acest individ ciudat care nu ştia să scrie şi să citească, nu avea un serviciu şi, cu siguranţă, nu inspira încredere.

Părinţii lui Sue au divorţat. Bâzâitorul era acum şomer şi în plus nu mai avea locuinţă şi nici nu putea să-şi vadă

copilul. Toate acestea i-au provocat un atac de anxietate. Primul simptom a fost o insuficienţă respiratorie despre care a crezut că este infarct. în cele din urmă a ajuns la spital, unde Pittman l-a văzut pentru prima dată.

Pacientul şi supervizorul

Să ne aducem aminte că, în prima fază a terapiei Bâzâito-rului, Pittman îşi făcea rezidenţiatul în psihanaliză. Aceasta înseamnă că la acea vreme avea o puternică înclinaţie să abordeze cazurile dintr-o perspectivă freudiană şi care fără îndoială l-a dus la concluzia că în cazul Băzâitorului are de-a face cu o fixaţie orală severă.

— Părea cel mai dulce, cel mai agreabil şi cel mai tembel copil din câţi cunoscusem până atunci, ne-a descris Pittman prima impresie pe care i-a făcut-o Bâzâitorul. Dar în realitate avea optsprezece ani şi era tatăl unui copil de doi ani. Am început să lucrez cu el şi i-am prescris pentru început Sinequan, un antidepresiv triciclic. L-am sfătuit să folosească mijloace contraceptive. De asemenea, am încercat să-l îndrum şi în ce priveşte percepţia lui cu privire la ceea ce este şi ceea ce nu este social acceptabil.

Cu alte cuvinte, el i-a spus Bâzâitorului că nu era o idee prea bună să continue să ofere sex oral bărbaţilor. Oamenii ar putea să-şi facă o idee greşită despre el.

— A fost îngrozit să afle că oamenii ar putea să creadă despre el că este homosexual. Doar pentru că oferea acestor oameni sex oral nu însemna că este homosexual. Era convins de heterosexualitatea sa, lucru pe care îl susţinea cu tărie. Pentru el,, aceasta era o chestiune care ţinea de mândrie.

— Supervizorul meu nu credea cu adevărat că acesta era un caz tratabil, dar încerca să mă înveţe totuşi tehnica psihanalitică. în această situaţie, nu aveam decât să pretind că aplic tehnica supervizorului meu în vreme ce făceam ceva despre care nu voiam ca el să ştie. îi ofeream Bâzâitorului tot felul de teste legate de percepţia asupra a ceea ce este social acceptabil precum şi de reparentare. încercam să mă port cu el ca un tată, să-i ofer ceea ce i-ar fi dat un tată.

La acea dată, Pittman nu şi-a dat seama de acest lucru, dar mai târziu, reflectând asupra cazului, el a realizat că de fapt încercase să elimine influenţa acelui bunic nebun, obsedat sexual.

— L-am văzut de câteva ori pe Bâzâitor împreună cu soţia lui, lucru la care supervizorul meu s-ar fi opus cu înverşunare. L-am ajutat chiar să se angajeze ca şofer pe un camion cu lapte. în felul acesta a reuşit să se pună din nou pe picioare.

— în momentul în care el şi Sue s-au împăcat au început să apară dificultăţi serioase. Mama lui Sue era atât de furioasă din cauză că soţul ei avusese o relaţie cu ginerele, încât s-a opus violent reconcilierii dintre Sue şi Bâzâitor.

Sue a fost şantajată de mama ei: trebuia să pună capăt relaţiei ei cu Bâzâitorul, altfel aceasta ar fi rupt orice relaţie cu ea. Era un serios mijloc de constrângere de vreme ce mama lui Sue se ocupa de creşterea fetiţei ei.

— Nu m-a ajutat aproape deloc faptul că urmam tehnica supervizorului meu psihanalist, a adăugat Pittman, o dată ce era clar că acest caz nu se încadra în parametrii ei.

— încerc să-mi imaginez care ar putea fi parametrii în care acest caz s-ar fi încadrat, a spus Jon.

—- Am încercat să fac terapie cu câteva cupluri. Dar în cele din urmă mi-a fost teamă să îi chem pe mama lui Sue, pe tatăl său, pe mama retardată din Alabama sau pê psihoticul bu-nie Holy Roller. M-am gândit o vreme la acesta din urmă, dar apoi m-am temut că-mi va întinde o cursă.

Pittman se referea la practica de acum acceptată de a invita la o şedinţă câţi mai mulţi membri ai sistemului familial. Acest lucru permite producerea unor schimbări care merg de la o persoană individuală la întreaga structură de bază a familiei. El ajută de asemenea la uşurarea situaţiei unei persoane, concentrându-se asupra contribuţiei fiecărui membru al sistemului la problemele împărtăşite.

Pe lângă şedinţele comune cu Bâzâitorul şi Sue, Pittman a petrecut foarte mult timp încercând să combată vina obsesivă a Bâzâitorului legată de posibila lui homosexualitate. Aceste gânduri îl tulburau într-o asemenea măsură, încât au început să-i controleze întreaga existenţă. Auzea voci care-1 acuzau că este homosexual.

— Este interesant că acum când mă gândesc la toate aceste lucruri îmi dau seama că atât pacientul, cât şi supervizorul meu erau amândoi obsedaţi de problemele legate de identitatea sexuală şi de înclinaţiile sexuale. Nici unul dintre ei nu părea să aibă în vedere faptul că Bâzâitorul trebuia să fie ajutat să funcţioneze în mod responsabil şi matur. Pentru amândoi, marea problemă era să afle dacă Bâzâitorul era un fel de homosexual înnăscut. Poate că el avea un creier diform care îl predispunea la acest tip de comportament sau poate că acesta era rezultatul faptului că în copilărie fusese molestat de sora lui mai mare. O altă posibilitate era ca el să aibă un anumit tip de psihopatie.

Pittman ne-a atras atenţia că aceasta se întâmpla acum patruzeci de ani, când astfel de lucruri erau privite într-un mod cu totul şi cu totul diferit.

— încă nu exista propriu-zis concepţia potrivit căreia sexul este ceva care se învaţă. Atracţia sexuală — fie că era vorba de bărbaţi sau femei, de blonde înalte sau de brunete mignone, de măgari sau de găini — era considerată mai degrabă ca fiind înnăscută decât ca rezultat al experienţelor de viaţă, în final, întreaga noastră muncă s-a concentrat asupra acestei probleme. Bâzâitorul credea că Dumnezeu îl va pedepsi pen-tru toate gândurile şi înclinaţiile pe care le avea şi care erau diferite de cele pe care se presupunea că trebuie să le aibă.

— Era de-a dreptul fascinant cât de mult se asemăna supervizorul meu psihanalist cu bunicul Bâzâitorului. Amândoi erau obsedaţi de sentimentele pe care le au oamenii, de faptul că sufletul acestora „nu trebuie să fie dominat de desfrâu". Potrivit lor, eforturile trebuiau îndreptate în direcţia corectării sentimentelor, în timp ce comportamentul ca atare era considerat ca fiind în afara controlului nostru.

Lui Pittman i-a plăcut foarte mult să lucreze cu Bâzâitorul. II atrăgeau noutatea cazului precum şi provocările la care îl supunea. în munca de supervizare, au loc dezbateri îndelungi cu privire la diagnostic, încercând să se stabilească dacă este vorba de un caz de schizofrenie paranoidă, retardare mentală, sociopatie sau de alte asemenea tulburări.

—- Am învăţat foarte multe, a mărturisit Pittman, apoi a adăugat sec, la urma urmei acesta a fost rezidenţiatul meu.

Pittman era destul de mulţumit de progresele pe care le făcuse.

— îl recuperasem pe Bâzâitor de pe stradă. Acesta a renunţat să se mai prostitueze şi s-a apucat să livreze lapte. Am făcut, de asemenea, terapie de cuplu reuşind să-i aduc împreună pe el, soţia şi copilul lor. L-am ajutat să devină un bărbat matur, în stare să găsească şi altceva valoros la el în afară de sex. O dată ce a trecut pe medicaţie, a încetat să mai aibă insuficienţă respiratorie. în concluzie, m-am gândit că făcusem o treabă bună.

Ce trecusem cu vederea

L-am felicitat pe Pittman pentru reuşitele pe care le-a avut atât de devreme în cariera lui şi în legătură cu un caz foarte complicat. Pittman era însă destul de reţinut, considerând că a fost vorba de un succes limitat.

•— Da, cred că aşa au stat lucrurile. Dar am pierdut foarte mult pentru că l-am făcut să se concentreze asupra gândurilor şi sentimentelor lui în loc să-i îndrept atenţia către lumea din jur în vederea unei educaţii sociale.

Pittman a oferit explicaţii despre natura acestui domeniu la începutul anilor '60. Toată atenţia era îndreptată asupra psihologiei, biologiei şi comportamentului individual, în timp ce sociologia precum şi contextul mai larg în care se desfăşura comportamentul erau considerate mai puţin interesante. în cazul de faţă, contextul avea un rol major — atât din cauza locului în care crescuse Bâzâitorul precum şi a particularităţilor familiei sale.

— Mi se pare atât de ciudat, acum când privesc înapoi, că am petrecut atâtea ore cu el încercând să-mi dau seama de cine se simte atras şi de cine nu. Era atât de ruşinat de ceea ce se petrecea în mintea lui. Toate acestea nu erau decât nişte tâmpenii care nu aveau nimic de-a face cu problema reală. Erau la fel de departe de subiect ca şi povestea cu omul şi măgarul.

Pittman se referea la individul dubios care avusese sute de relații sexuale, încercând prin aceasta să se distanțeze de mariajul și de familia sa. Comportamentul său nu era mânat de dorința de a avea contacte sexuale, ci mai degrabă de aceea de a fugi de intimitate, precum și de a evita responsabilitățile și procesul de maturizare.

— Individul cu măgarul nu făcea de fapt nimic pentru a-și ajuta copiii. El nu s-a considerat niciodată adult și prin urmare a rămas tot timpul la stadiul pubertății. Pur și simplu s-a trezit peste noapte că i-a crescut părul pubian fără să-și dea seama în ce direcție indica aceasta. Terapia care era practicată îndeobște în anii '60 presupunea că oamenii au o doză solidă de sănătate mentală, că ei au asimilat întregul stoc mondial de înțelepciune și contact cu realitatea socială și că știau mult mai mult decât dădeau să se înțeleagă despre cum merg lucrurile în viață. Aparent, totul se afla în noi înșine și era treaba terapeutului să ne elibereze de orice perversitate, de tot ce ne împiedică să folosim toată această înțelepciune. Pittman a făcut o mică pauză după care a adăugat: Indivizi ca Bâzâitorul sau omul cu măgarul pot să aibă cele mai bune intenții, dar le lipsește un manual bun de îndrumare. Ei au creiere, corpuri, organe genitale, dar nici o idee despre felul în care trebuie să le utilizeze ca oameni maturi. Omul cu măgarul avea nevoie de același lucru ca și Bâzâitorul și ca alți indivizi imaturi — un tată care să-i învețe cum să se poarte ca bărbați adevărați.

Gândindu-se la munca sa din trecut, cu Bâzâitorul sau cu mulți alți oameni, Pittman regretă că nu a avut totuși înțelegerea și curajul să le spună pacienților ce știa el și să se bazeze pe înțelepciunea lui. în schimb, el a constatat că abordarea psihanalitică se dovedea tot mai refractară și mai enigmatică.

— Nici în ziua de azi nu știu dacă Bâzâitorul era schizofrenic. Tot ce pot să spun este că avea o personalitate inadecvată. Nu știu dacă acest lucru era înnăscut sau dacă suferea de tulburări severe ale atenției. Cred că aceasta din urmă este cea mai probabilă explicație. Dar lucrul de care avea el nevoie cel mai mult era ca cineva să-i spună cum să se poarte și ce să facă.

Sase ani mai târziu

/

Bâzâitorul a ieșit în lume, s-a împăcat cu soția lui, și-a menținut slujba bunicică de șofer pe mașina de lapte și s-a abținut să dea curs fixației sale orale. Pittman a plecat la o nouă slujbă în Colorado și vreme de șase ani a pierdut contactul cu Bâzâitorul, până în momentul în care s-a întors în Atlanta pentru a-și lua în primire un post administrativ la spital.

— Bâzâitorul a reapărut. El și Sue puseseră capăt definitiv relației lor. De câte ori îi apărea soția lui în față, Bâzâitorul avea impresia că îl vede pe tatăl ei, astfel că vechile lui obsesii legate de acea aventură au reapărut. El și-a dat seama că relația sexuală cu Sue îl făcea să se simtă mai degrabă homosexual decât heterosexual, din cauză că îi tot aducea aminte de tatăl ei.

în perioada cât fusese plecat, Pittman îl recomandase pe Bâzâitor unui alt terapeut.

— Acesta a încercat să vadă dacă Bâzâitorul era cu adevărat homosexual sau nu. El a încercat să-l împingă înapoi, către o identitate homosexuală, lucru care l-a speriat de moarte pe Bâzâitor. Din cauza aceasta el a întrerupt terapia și a rămas de capul său.

Pittman crede că ființele umane nu sunt numai bisexuale ci și omnisexuale.

— Putem foarte bine să facem sex cu bărbați, femei, copii, mașini, animale și cu anumite tipuri de plante. Chiar și cu măgari. Nu prea contează de ce suntem atrași. Sfârșim prin a fi atrași de oricine sau de orice ne-a oferit cel mai recent plăcere sexuală. Cred că încercarea de a găsi acestei probleme un înțeles mai adânc nu duce în cele din urmă decât la accentuarea confuziei. Ea îi lasă pe oameni mai degrabă pradă impulsurilor lor decât să-i facă apți să aleagă singuri.

Acest punct de vedere este foarte important pentru a putea înțelege următoarea afirmație a lui Pittman. Bâzâitorul a renunțat la tratamentul oferit de noul său terapeut pentru că și-a dat seama încotro se îndreptau lucrurile. In mod

inevitabil, avea să fie etichetat într-un fel de care se temea cel mai mult. La rândul lui, Pittman regreta că a căzut în capcana acestei dihotomii în loc să-şi dea seama că aceste categorii, homosexual-heterosexual, erau irelevante.

Pentru a-şi afirma masculinitatea şi heterosexualitatea, Bâzâitorul a început o relaţie cu o altă femeie (măritată). Această relaţie s-a dovedit mult mai uşor de întreţinut întrucât, de data aceasta, el nu a mai avut raporturi sexuale cu tatăl femeii. La acea dată încă mai locuia cu Sue şi conducea o maşină de lapte.

într-o zi, în timp ce descărca laptele, Bâzâitorul a fost călcat de un alt camion. Lovitura a fost atât de puternică, încât acesta nu a mai fost de atunci în stare să ridice lucruri grele. Era internat în spital cu pelvisul şi umărul fracturate, când l-a contactat din nou pe Pittman pentru a-i cere ajutorul.

— Dorcas, ultima sa parteneră sexuală, era pe cale să nască un copil. Soţia lui, Sue, nu ştia nimic despre asta, aşa că el se afla într-o situaţie destul de delicată.

— Am scos la iveală toată această poveste. Am ajutat-o pe Sue să facă faţă acestei situaţii. M-am întâlnit cu Bâzâitorul şi cu sora lui pentru a rezolva vechea problemă a relaţiei lor incestuoase. L-am dus la un centru de reabilitare prin muncă, iar cei de acolo l-au trimis la o şcoală de bărbieri. Câţiva ani am lucrat cu el şi cu Sue, astfel încât aceasta a ajuns să accepte copilul lui cu Dorcas şi chiar l-a ajutat să aibă grijă de el. Pe atunci era încă la şcoala de bărbieri aşa că nu prea avea bani. Lucrurile au început să meargă aiurea pentru că el era încă pradă emoţiilor sale, iar din când în când pendula între Sue şi Dorcas. Draga de Sue, întotdeauna fidelă şi tolerantă, plină de înţelepciune şi de spirit de sacrificiu, i-a supravieţuit lui Dorcas, care s-a întors la soţul ei acceptând totuşi ca Bâzâitorul să o ajute la creşterea fetiţei lor. Nici Bâzâitorul şi nici eu nu am putut să o facem pe Sue să renunţe la el.

De la bărbier la hair stylist

Bâzâitorul a absolvit şcoala de bărbieri. A început să facă terapie de grup pentru a se putea restabili. A început de asemenea să practice noua sa meserie, iar lucrurile au mers destul de bine în următorii câţiva ani. Fiica sa a absolvit liceul, prima persoană din familie care a reuşit să facă lucrul acesta, ceea ce a fost o sursă de nesfârşită mândrie pentru el. Lui Pittman i s-a părut incredibil şi foarte îmbucurător faptul că Bâzâitorul a fost în stare să ajute la creşterea copiilor, având în vedere că el însuşi era un copil şi continua să se comporte ca atare. După ce relaţia lui cu Dorcas a luat sfârşit, a început să iasă cu Penny, o coafeză cu care lucra. Bâzâitorul îşi pusese mari speranţe în această prietenă despre care credea că va reuşi să-l ţină pe calea cea dreaptă.

— Bâzâitorul a renunţat complet şi definitiv la înclinaţia sa homosexuală, dar cu toate acestea nu reuşea să se înţeleagă cu Sue. Atunci când nu se simţea destul de bărbat cu Sue, începea să se încurce cu tot felul de femei pentru a-şi reafirma masculinitatea. în acest timp, am încercat să-l fac să înţeleagă că dacă voia să fie bărbat trebuia să-şi afirme masculinitatea acţionând responsabil şi nu prin intermediul sexului. A fi tată şi soţ înseamnă a-ţi asuma responsabilităţile pe care le presupun aceste calităţi. Am încercat să-l fac să gândească în acest fel, dar s-a dovedit foarte dificil având în vedere că el însuşi fusese lipsit de un tată. Oamenii care nu sunt prea inteligenţi tind să-şi aducă aminte de primul lucru pe care l-au învăţat despre orice domeniu şi uită ce urmează.

Lucrurile au mers destul de bine cu Penny. Aceasta nu numai că l-a învăţat cât de cât să scrie şi să citească, dar l-a ajutat şi cu alte probleme. Bâzâitorul se descurca destul de bine în meseria lui, dar în cele din urmă afacerea nu a mai mers. Acest lucru se întâmpla în anii '70, când bărbierii au început să nu mai fie la modă şi lumea prefera în schimb hair styliş-tii.

— Dar Bâzâitorul, a spus Pittman chicotind, nu voia să devină hair stylist pentru simplul motiv că acest lucru i se părea că ar avea ceva în comun cu homosexualitatea. Era hotărât să rămână bărbier pentru că aceasta era o ocupaţie bărbătească. Şi-a bătut capul destul de mult timp cu această problemă, dar, în ciuda tuturor eforturilor noastre — care au durat ani buni —, nu a reuşit să-şi dezvolte o percepţie de sine. A părăsit grupul de terapie şi nu s-a mai întors pentru un timp. Nu a mai fost în stare să-şi achite notele de plată. Afacerea cu bărbieritul a început să meargă şi mai prost, îi era ruşine că nu reuşea să câştige destui bani şi în cele din urmă a fugit şi de Penny.

în următorii zece ani, Bâzâitorul a apărut doar ocazional, atunci când se afla în mijlocul unei crize de vreun fel sau altul. Rareori reuşea să-şi plătească şedinţele de terapie, însă Pittman nu i-a reproşat acest lucru.

— Nu l-am putut convinge să rămână cu grupul pentru că se simţea foarte vinovat că nu era în stare să-şi plătească terapia. în fiecare dimineaţă când veneam la birou găseam o cutie cu discuri cu muzică clasică veche pe care el le cumpăra de la târgul de vechituri şi mi le oferea drept plată pentru şedinţe. Aproape în fiecare an mă aştepta ceva de genul acesta. Uneori mă suna ca să-mi dea veşti despre fetele lui şi să mă asigure că se comporta ca un tată bun. Alteori mă suna în momente de criză, iar eu îl invitam la cabinet.

— Sue nu s-a mai căsătorit niciodată, dar a avut succes ca tehnician radiolog (ea putea să vadă prin oricine). Trecea cu uşurinţă peste aventurile sexuale ale Bâzâitorului şi nici un terapeut nu a putut să o convingă să renunţe la el. De câte ori ajungea în încurcătură acesta fugea înapoi la ea. Ea îl primea şi îl ajuta de fiecare dată. Uneori ea mă suna ca să-mi spună că Bâzâitorul se muta din frizerie în frizerie şi trecea de la o femeie la alta. Apoi, în ultimul an — avea atunci aproape şaizeci de ani — am primit un telefon de la Sue, care mi-a spus că Bâzâitorul a murit în urma unui infarct. Fiind pe moarte, el a rugat-o să mă sune şi să-mi spună că nu m-a uitat niciodată şi că nu s-a mai întors niciodată la vechile obiceiuri, că a fost un tată bun pentru cele două fete ale sale. Voia doar ca eu să ştiu aceste lucruri.

Privind în urmă

Pittman a petrecut peste patruzeci de ani cu Albina Bâzâitoare, aproape toată viaţa lor de adulţi. Frank încă mai are regrete legate de ceea ce nu ştia sau nu putea înţelege la vremea aceea. Se gândeşte la modalităţile în care ar putea să abordeze într-un alt mod un asemenea caz astăzi.

— Ar fi trebuit să fiu mai ferm în convingerea mea că orientarea lui sexuală nu conta în nici un fel şi nu însemna nimic. Sexul are loc în testicule, iar acest lucru lasă urme în creier. Nu invers.

Era remarcabil, am observat noi, că o persoană atât de simplă ca Bâzâitorul a prezentat un caz în mod cert atât de complex. El nu ştia cum să se comporte ca un adevărat schizofrenic.

— El nu ştia cum să se comporte ca un neschizofrenic, a spus Pittman, întorcându-se 1a tema pe care o abordase mai

devreme, legată de rolul pe care îl au terapeuţii în a-i învăţa pe oameni cum să se comporte. El auzea voci şi avea ideea asta paranoidă că oamenii îl declară homosexual numai după o simplă privire. Când l-am întâlnit prima dată era un copil frumos, dar care se temea că pe măsură ce va creşte îşi va pierde această înfăţişare. Era terorizat de ideea că oamenii cred despre el că arată ca un homosexual. Şi-a lăsat barbă ca să-şi scoată în evidenţă masculinitatea. Obsesia asta l-a însoţit toată viaţa. La fel ca şi cu mulţi alţi oameni pe care i-am cunoscut, şi care sufereau de schizofrenie, cu cât ajungi să-i cunoşti mai bine, cu atât bariera dintre normal şi anormal începe să fie mai puţin vizibilă. Dacă nu te învaţă nimeni cum să te porţi ca un bărbat adevărat, dacă nu ai nici un model, ajungi să improvizezi tot timpul. Te afli în permanenţă într-un fel de stare paranoidă în care poţi fi luat foarte uşor drept nebun.

în dezvoltarea profesională a lui Frank Pittman, cazul acesta a fost pe bună dreptate deschizător de drumuri. Bâzâitorul a fost cu siguranţă cel mai memorabil dintre pacienţii pe care i-a avut, nu numai din cauza comportamentului lui ciudat, a obsesiilor sale sau a perioadei considerabile de timp pe care l-au petrecut împreună, ci mai degrabă a tot ceea ce Pittman a învăţat despre conducerea unei terapii.

— în momentul de faţă mă apropii mult mai uşor de pacienţi. Nu-mi mai este atât de teamă să-i adopt. Consider că oamenii fac lucrurile pe care le fac pentru că ei nu cunosc diferenţa — ei au cele mai bune intenţii dar dispun de o carte de instrucţiuni plină de greşeli. Sunt total dezinformaţi în ce priveşte modul în care trebuie să se comporte în viaţă. Meseria mea este să învăţ de la toţi ceilalţi pacienţi ai mei cum poţi să ratezi în viaţă şi cum poţi să te reabilitezi, iar apoi să fac pe oricine vine la mine să devină mult mai conştient de posibilităţile existente. Oricare dintre pacienţii mei care au avut probleme legate de identitatea sexuală a auzit de Bâzâitor, a auzit de individul cu măgarul şi, între cei doi, acele două povestiri adună totul ia un loc.

Nu întreba

în momentul în care Pittman a ajuns cu povestea la final s-a lăsat o tăcere deplină. Experimentam cu toţii un soi de reverenţă în faţa acestui caz. Copleşiţi de complexitatea incredibilă, întorsăturile şi răsturnările de situaţie ale acestui caz, nu mai ştiam ce să spunem. Frank a fost cel care a rupt primul tăcerea.

— Dacă ai făcut vreodată sex cu un bărbat sau cu o femeie, cu un copil sau cu un măgar, cu siguranţă că nu vei uita niciodată acest lucru; el îşi va pune amprenta asupra comportamentului tău sexual ulterior. Am întâlnit cândva un individ care nu putea să facă sex decât cu femei care aveau un singur picior. El spunea că dacă ai făcut vreodată sex cu o femeie cu un singur picior nu vei putea fi niciodată satisfăcut de una cu două picioare.

— Din ce cauză?

Pittman a râs.

— Nu întreba.

întorcându-ne la subiectul anterior, Frank a remarcat ce tip minunat era Bâzâitorul, în ciuda excentricităţilor sale. Oamenii îl iubeau pe acest individ. Era întotdeauna gata să ofere tot ce avea celor care erau drăguţi cu el. Sue mi-a spus că Dorcas, Penny, sora Bâzâitorului şi cele două fete ale sale au fost la înmormântarea lui. Toate aceste persoane i-au acordat o mare libertate de mişcare. Ele nu se aşteptau ca el să se comporte ca un om normal. Nu te poţi aştepta de la oameni să fie normali dacă, în copilăria lor, nu au cunoscut pe nimeni care să fie ca atare.

— Am cunoscut un individ la care mă gândesc de asemenea adesea, ca şi la Bâzâitor şi la omul cu măgarul, şi care la fel ca şi aceştia a crescut într-o familie ciudată. Tatăl său se culca cu fiica. Mama lui organiza pentru acest individ şi pentru fraţii săi spectacole de striptease în vreme ce aceştia trei stăteau pe podea şi se masturbau. Se pare că în cele din urmă persoana în cauză ajunsese să facă sex cu toţi membrii fami-

liei, cu excepţia surorii sale, aşa că în noaptea de dinaintea căsătoriei acesteia s-a culcat şi cu ea. Tatăl lui era de asemenea un predicator Holy Roller obsedat sexual, dar care, spre deosebire de bunicul Bâzâitorului, credea că cea mai bună cale de a controla asemenea impulsuri este să te laşi în voia lor. Şi chiar era convins că aceasta este cea mai bună cale spre a scăpa de asemenea tentaţii.

Pittman nu ar fi fost deloc surprins dacă, odată ajuns doctor, acest individ s-ar fi apucat să le ceară pacienţilor, asistentelor şi studenţilor de la medicină, de ambele sexe, să facă sex cu el.

— Asta o supăra foarte mult pe soţia lui, aşa că am lucrat un timp cu acest tip până când a încetat să mai facă astfel de lucruri. In loc să cercetez cauza comportamentului său ori ce fel de sentimente îl împingeau către acesta, m-am mulţumit să-i explic că a fost informat greşit. Oamenii nu trăiesc în felul acesta. Acest comportament nu este social acceptabil şi, mai mult decât atât, în curând îi va aduce numai necazuri. Se pare că el a fost mult mai receptiv la modul acesta de a pune lucrurile decât la toate terapiile anterioare care se concentrau asupra sentimentelor sale şi a traumelor care ar fi putut conduce la acest tip de sentimente. Nimeni nu i-a dat peste mână spu-nându-i să se oprească. Iar acesta este unul dintre lucrurile care trebuie făcute în asemenea cazuri.

Capitolul patru

Arnold Lazarus

O dilemă oedipiană

mold Lazarus, primul teoretician care a lansat termenul de terapie behavioristă, şi-a dedicat o Lună parte a distinsei sale cariere lărgirii sistemului său

de gândire în scopul de a încorpora şi alte abordări ale modificărilor comportamentului uman. Terapia sa Multimodală a fost unul dintre primele sisteme terapeutice integrative. în cadrul procesului de evaluare, Terapia Multimodală se concentrează asupra comportamentului urmărind totodată trăsăturile cognitive, emoţionale, senzoriale, interpersonale, imaginare şi fiziologice.

Lazarus a elaborat pentru prima dată metoda sa în anii '60, perioadă în care. a început să lucreze ca psiholog în Africa de Sud. După o practică de zece ani, el a publicat ideile sale despre o abordare mult mai eclectică în Behavior Therapy and Beyond (Terapia behavioristă şi dincolo de ea, 1971). După o perioadă petrecută la universităţile Stanford, Yale şi Temple, el s-a stabilit la Universitatea Rutgers unde s-a desfăşurat cea mai mare parte a carierei sale.

Lazarus a publicat optsprezece cărţi şi peste 250 de lucrări profesionale acoperind o varietate de subiecte de interes clinic. Printre cele mai cunoscute lucrări ale sale se numără: The Practice of Multimodal Therapy (Practica Terapiei Multimodale) şi Brief But Comprehensive Psychotherapy: The Multimodal (Psihoterapia scurtă dar comprehensivă: Metoda Multimodală). Lazarus a scris de asemenea câteva cărţi adresate publicului larg, cum ar fi:

I Can If I Want To (Dacă vreau, pot); Marital Myths Revisited: A Fresh Look at Two Dozen Mistaken Beliefs About Marriage (Revizuirea miturilor maritale: O nouă abordare a douăzeci de credinţe eronate despre mariaj) şi The 60 Second Shrink: 101 Strategies for Staying Sane in a Crazy World (Psihiatrul de 60 de secunde: 101 strategii pentru a rămâne normal într-o lume nebună) (aceasta din urmă a scris-o împreună cu fiul său, Clifford N. Lazarus).

Cu părul său grizonant şi ţinuta atletică, maiestuoasă, Lazarus se remarcă printr-o atitudine distinsă. Spiritualitatea debordantă şi accentul său sud-african te fac să te concentrezi ceva mai mult decât în mod obişnuit la ceea ce spune, altfel, dacă nu eşti atent, cu siguranţă că vei pierde ceva amuzant sau important.

Când l-am întrebat pe Lazarus ce părere are despre intenţia noastră de a-l include într-o antologie a celor mai memorabile cazuri ale terapeuţilor faimoşi, el ne-a răspuns cu umorul lui obişnuit:

— După cum ştiţi, între experienţă şi profesionalism este o diferenţă uriaşă. Cu toţii cunoaştem terapeuţi cu experienţă — vreau să spun colegi care au practicat o vreme îndelungată — şi cu toate acestea putem să spunem despre unii dintre ei că în cel mai bun caz sunt mediocri. După părerea mea, terapeuţii cu adevărat eficienţi sunt cei care dau dovadă de căldură, încredere, grijă, înţelegere, preocupare sinceră şi care sunt inteligenţi, înţelepţi, plini de tactică şi persuasiune.

Aceasta este o descriere exactă a lui Arnold Lazarus, deşi el este prea modest pentru a vorbi despre sine în termenii aceştia. Ceea ce ne-a surprins totuşi a fost că, în ciuda faptului că era renumit pentru contribuţiile sale la terapiile behavioristă şi cognitivă, el apărea la acea dată mai degrabă ca un terapeut al relaţiilor — ceea ce la urma urmei suntem cu toţii.

*

X- *

— Dacă vreţi să vorbim despre ceva ciudat, a început Lazarus, există un caz care îmi vine acum în minte, dar parcă ezit să vi-1 spun.

Bineînțeles că în felul ăsta reușise să ne aţâţe curiozitatea. Știind cât de mult îşi practicase Lazarus meseria şi câte cazuri dificile îi fuseseră adresate de terapeuți mai puțin experimentați și profesionalişti, aveam certitudinea că mintea lui reprezintă o adevărată mină de aur.

— Dă-i drumul, l-a încurajat Jon. Amândoi ne-am ținut respirația timp de câteva secunde care ni s-au părut interminabile, până când Lazarus s-a decis să înceapă.

— întotdeauna sunt pus în dificultate când mi se cere să mă concentrez asupra unui lucru în condiţiile în care îmi vin în minte o mulțime. De-a lungul anilor am văzut mii de oameni, însă pe cei mai mulți dintre ei i-am uitat complet din cauză că demența mea senilă este într-un stadiu foarte avansat.

Am râs cu toții cu poftă. Memoria lui Arnie, ca și controlul său asupra limbajului erau impecabile.

Reuniunea

— Ei, bine, a început Lazarus, apoi a respirat adânc.

Nu știa dacă să ne vorbească sau nu despre acest caz. Noi nu voiam să-l presăm, dar nici să-l lăsăm să ne scape în caz că s-ar fi arătat dornic să-și dea drumul și să ne vorbească despre acest caz ciudat.

— E vorba de o femeie care a venit la mine, a început el din nou. Avea aproape cincizeci de ani, iar povestea spune că tatăl ei și-a abandonat familia când ea avea abia vreo două luni. Pe măsură ce creștea, mama îi tot repeta cât de ticălos fusese tatăl, dar odată ajunsă l-a maturitate ea s-a decis să-l caute. în cele din urmă l-a găsit. La acea dată el avea vreo șaptezeci de ani și se afla la a patra căsătorie. De fapt, ea dorea înainte de toate să afle de ce o părăsise tatăl său și alte detalii prozaice legate de acest eveniment. Dintr-una într-alta cel doi au ajuns să se reguleze.

Lazarus își continua relatarea, dar nici unul dintre noi nu-1 mai urmărea. Povestea totul într-o manieră atât de directă în-

cât ne întrebam dacă l-am auzit bine. Ne spusese oare că pacienta lui a început o relație sexuală cu tatăl ei?

— Vorbesc despre schmedipus oedipian, l-am auzit pe Lazarus după ce am revenit la povestire. Aşadar, ea venise la mine pentru terapie deoarece se simțea foarte vinovată de faptul că întreținea relații sexuale cu tatăl ei. Mai mult decât atât, mi-a mărturisit că niciodată nu avusese parte de partide de sex atât de bune, de atât de multe orgasme și că individul se regula ca un șarpe cu clopoței.

Am început să râdem pe de o parte ca urmare a șocului (și în momentul acela credeam că am auzit totul!), pe de altă parte pentru că nu ne puteam imagina cum arată un șarpe cu clopoței care se regulează.

— Ea se afla într-o situație foarte, foarte conflictuală, a adăugat Lazarus — cu toate că nu era necesar. Cu siguranță că era foarte nefericită din cauza asta, dar exista și o parte bună a întregii afaceri: doamna aceasta era măritată cu un individ care abia își ducea traiul de pe o zi pe alta. Tatăl său avea o mulțime de bani și începuse să-i cumpere bijuterii și haine, li plătea o bună parte din chirie. La un moment dat i-a făcut cadou o mașină. Soțul său și toți ceilalți credeau că acestea sunt gesturile unui tată care se căiește. în acest context părea foarte normal ca el să-și asalteze cu bani și cadouri fiica pe care nu o mai văzuse de atât de mult timp.

Lazarus a făcut o pauză pentru un moment după care a întrebat:

— Să continuu?

— Bineînțeles, a răspuns Jon pe un ton agitat, temându-se că Lazarus ar fi putut să ne lase cu ochii în soare.

— lată ce s-a întâmplat după aceea, a continuat Lazarus cu o voce din ce în ce mai însufleţită; ne tachina știind cât de mult ne doream să auzim întreaga poveste. în continuare am aflat că tatăl plănuise ca el și fiica sa să-și părăsească soții și să se mute împreună — tatăl de șaptezeci de ani și fiica/iubita de patruzeci și șapte de ani.

— în acest punct, a spus Lazarus, ea a început să se gândească dacă nu cumva lucrurile ajunseseră prea departe.

Lazarus a întrerupt un minut povestirea pentru a face referire la ceea ce el considera a fi punctul crucial al întregii afaceri. El a subliniat că în vreme ce asculta această poveste incredibilă se întreba cum să procedeze cu pacienta.

— Ce trebuie să-i spun? Ce ar spune cei mai mulţi dintre colegii mei? Să fac referire la moralitate? Să invoc Biblia? Ce să fac?

La rândul nostru, ne puneam aceleaşi întrebări. Ne gândeam la ce i-am spune unui client care ne-ar pune într-o asemenea încurcătură. Pe de altă parte ne simţeam uşuraţi că acesta fusese cazul lui Arnie şi nu al nostru. Şi muream de nerăbdare să aflăm cum se descurcase cu ea. De data aceasta nu ne-a lăsat să aşteptăm prea mult.

„Uite", i-a spus Lazarus clientei sale, „haide să examinăm această situaţie mai îndeaproape. Fapt este că din punct de vedere psihologic, acesta nu este tatăl tău. El este tatăl tău numai din perspectivă biologică. Deşi situaţia ar putea să-i şocheze pe unii oameni, am putea spune totuşi că într-un sens ea nu are loc în contextul unei relaţii propriu-zise între tată şi fiică."

Aceasta era o reinterpretare creativă a unei situaţii, la care cu siguranţă că nu s-ar fi gândit nici unul dintre noi. Lazarus a avansat ideea că deoarece ea nu-1 cunoscuse pe acel bărbat până atunci, deoarece l-a întâlnit când era deja o femeie matură, nu s-a gândit niciodată la el ca la un tată şi nici el nu s-a gândit la ea ca la o fiică. Cei doi erau ca doi străini care s-au întâlnit, au avut o scurtă relaţia după care s-au hotărât să-i pună capăt. Iar dacă tatăl dorea să-i cumpere cadouri nu avea nici un motiv să se simtă vinovată.

Această intervenţie a dat roade, iar femeia a început imediat să se simtă uşurată. Nu la fel s-a simţit însă şi cutezătorul nostru terapeut care se gândea cu îngrijorare la faptul că poate mersese prea departe şi că neutralitatea sa morală ar fi putut face obiectul unor critici. Chiar şi în timpul conversaţiei noastre, Arnie a simţit că are unele ezitări, neştiind dacă este bine să ne povestească despre acest caz şi în special despre rolul pe care l-a avut în absolvirea pacientei. Foarte mulţi tera-

peuţi ar fi crezut, şi ar fi avut motive întemeiate să facă acest lucru, că bătrânul îşi exploata şi îşi abuza fiica, şi asta

după ce o abandonase la puțin timp după ce se născuse. Cu toate că ea era matură și, în plus, consimțise la această relație, era greu să admiți că avea aceeași putere de influență ca și tatăl ei.

Să asculți fără să judeci

Deşi Lazarus era cunoscut pretutindeni ca unul dintre principalii teoreticieni ai terapiei intervenționiste, el a recunoscut că în acest caz s-a comportat mai degrabă asemenea lui Carl Rogers, inventatorul terapiei orientată spre relație, umanistă. Lazarus și-a ascultat pacienta fără să o judece. O dată ce ea și-a mărturisit teribilul secret, el a reacționat acceptând-o ca persoană și iertând-o pentru comportamentul ei pe care l-a etichetat nu ca pe un păcat ci mai degrabă ca pe o greşeală care poate fi înțeleasă. Ținând cont de circumstanțele în care tatăl ajunsese să o exploateze, reacția ei era de înțeles.

L-am întrebat pe Lazarus dacă nu cumva pacienta lui ar putea să spună o altă versiune a povestirii decât aceea pe care el tocmai ne-o relatase. Ce ar spune ea care să fie diferit?

Lazarus s-a gândit un timp, după care ne-a răspuns:

— Nimic la care să mă pot gândi acum.

— Nimic? Eram surprinși de acest răspuns, în vremurile acestea, când așa-zișii terapeuți constructi-

viști (cei care îi ajută pe oameni să arunce o privire critică asupra vieților lor) sunt din ce în ce mai populari, este un lucru obișnuit să vorbești despre realități multiple și despre percepții diferite ale aceluiași eveniment. In plus, după toți acești ani, cum ar mai putea să știe ce ar gândi ea? Am fost surprinși să aflăm că el o văzuse recent cu ocazia reîntoarcerii ei la tratament.

— Am avut ocazia să o revăd din cauza problemelor pe care le avea cu soțul ei. Ea descoperise că el avea o aventură, iar acest lucru a creat tensiuni în mariajul lor. în consecință,

m-am întâlnit o vreme cu amândoi. Când am văzut-o din nou singură, ea mi-a adus aminte de această poveste de parcă aș fi. putut să o uit. A recunoscut că nu poate să fie foarte aspră cu iubitul ei din moment ce a avut una dintre cele mai teribile aventuri. Cu toate acestea era foarte supărată din cauza lipsei de fidelitate a soțului ei.

Lazarus era încă intrigat de întrebarea pe care i-o puseserăm în legătură cu ce ar fi putut ea spune care să difere de versiunea pe care ne-o prezentase. El a admis totuși că era posibil ca ea să fi înțeles lucrurile într-un mod oarecum diferit de cel pe care-1 intenționase el.

— De exemplu, am subliniat noi, că terapeutul meu a spus că este în regulă să am o aventură cu tatăl meu...

— ...pentru că, dintr-o perspectivă psihologică, el nu era cu adevărat tatăl meu, a încheiat Lazarus.

— El mi-a scris chiar un bilet în care spunea că este în regulă, în cazul în care cineva ar fi întrebat.

— Autentificat, a glumit Lazarus.

— Nu ți s-a părut oarecum surprinzător că ea s-a întors să te vadă? l-a întrebat Jon pe Arnie.

— Ea știa că Arnie va uita în cele din urmă cazul ei, a intervenit Jeffrey.

In loc să se amuze, Amie a devenit cât se poate de serios. Era clar că avea să ne spună ceva foarte important.

— Nu, nu am fost surprins de faptul că ea s-a întors. Din când în când mă intersectam cu ea și întotdeauna mă saluta călduros, bucuroasă că mă vede. Avea încredere în mine. Știa că o respect, că nu o disprețuiesc și că, în orice caz, nu o judec. Simțea că eu o accept într-un fel în care nu fusese niciodată acceptată de către tatăl ei și de cei mai mulți dintre cunoscu-ții.

Bineînțeles, respectul pe care Lazarus îl avea față de pacienta sa nu era singura problemă, după cum ea nu era singura care săvârșise un păcat pentru care merita să fie blamată. Chiar dacă ea și-ar fi propus să-l seducă pe bătrân, în scopul de a-1 pedepsi, tatăl rămânea acela care purta cea mai mare parte a vinei.

Modalități diferite de interpretare

Având în vedere implicațiile morale ale acestui caz deosebit de dificil, l-am întrebat pe Lazarus ce ar face acum diferit în caz că acea femeie ar veni azi la el și i-ar cere ajutorul. Am aflat că de-a lungul anilor el a discutat despre acest caz cu unii dintre colegii săi de încredere, fiind curios să afle ce ar fi făcut ei în circumstanțele respective. Așa cum probabil era de așteptat, reacțiile lor au fost extrem de variate, pornind de la o acceptare deplină a strategiei lui până la dezgustul plin de oroare față de ideea că el ar fi procedat într-un asemenea mod, încât practic a aprobat comportamentul ei. Unii se întrebau de ce el s-a concentrat exclusiv asupra comportamentului ei și nu al tatălui. Desigur, astfel de lucruri se întâmplă frecvent atunci când ne consultăm cu colegii noștri — și nu numai în ce privește cazurile neobișnuite, dar și în cele mai banale. întrebați o duzină de terapeuți cum ar proceda ei în aproape orice situație și, cu siguranță, veți primi o gamă foarte variată de răspunsuri.

Lazarus putea să înțeleagă de ce unii terapeuți nu pot fi de acord cu abordarea sa, dar, în același timp, se arăta surprins de faptul că o serie de așa-ziși profesioniști erau atât de critici la adresa altora.

— Oare ei cred că ar fi fost mult mai bine pentru ea dacă aș fi mustrat-o? Dacă acest lucru ar fi devenit repetitiv, cu alte cuvinte dacă ea ar fi fost în căutare de rude cu care să aibă relații sexuale, atunci, într-adevăr, am fi avut o problemă. Dar este absolut clar că aceasta a fost o aventură unică pentru ea. Așa că, de ce să o patologizăm?

într-adevăr, privind înapoi la felul în care a procedat, el nu-și putea imagina ce altceva ar fi putut face. Pentru Lazarus, problema majoră care se punea, era dacă cineva fusese afectat de ceea ce se întâmplase. De asemenea, el a tras concluzia că în spatele acestei relații nu se ascundea o patologie.

Din pură curiozitate, pentru că noi înșine nu prea știam cum am fi procedat în acest caz, l-am întrebat pe Lazarus care au fost abordările alternative pe care i le-au oferit colegii săi.

întotdeauna este foarte interesant să compari relatările despre felul în care ceilalți ar proceda în anumite situații terapeutice dificile.

— Cred că majoritatea celor cu care am discutat i-ar fi semnalat pacientei mele că a procedat într-un mod foarte nepotrivit. Trebuia oare să meargă atât de departe, ajungând să se reguleze cu acest individ, în loc să se poarte așa cum era de așteptat din partea unei fiice? De asemenea, ei ar fi cercetat mult mai atent dacă ceea ce a făcut este caracteristic pentru ea ca ființă sexuală. Putea să fie aceasta o parte a unui pattem aflat în plină desfășurare?

O altă cale de abordare era aceea care pornea de la semnalarea inegalității de putere ce caracteriza această relație. Despre tată cu greu se putea spune că fusese inocent, un receptor pasiv al avansurilor sexuale. Și de fapt nu s-a știut niciodată cu exactitate cine a inițiat aceste avansuri. In orice caz, pentru fiică, tatăl a reprezentat întotdeauna obiectul idealizat al așteptărilor sale, cineva la care ea s-a gândit mereu și pe care îl căutase o viață întreagă pentru a afla de ce fusese abandonată. în mod clar, ea era nevoiașă, vulnerabilă și tânjea după atenție. Se poate spune că pur și simplu el i-a tras-o de două ori.

Lazarus a observat că sunt mulți „moraliști" în domeniu care sunt interesați nu numai în a-și ajuta propriii lor clienți ci și în a ne instrui pe noi ceilalți pentru a se asigura că trăim în conformitate cu concepțiile lor specifice despre ceea ce este bine pentru oameni.

Ajunsă aici, discuția s-a întors în direcția noastră. Lazarus l-a întrebat pe Jon cum ar fi procedat în cazul acestei femei.

— M-aș fi simțit ca un iepure surprins de lumina farurilor, a mărturisit Jon. Ce pot să spun acum? Din punct de vedere al impactului pe care l-a avut asupra comportamentului pacientei, mi-a plăcut cum ai procedat, Arnie. La urma urmei cui i-a făcut rău această aventură? Cred că aș fi curios să aflu care au fost motivele care i-au determinat

pe cei doi să se implice într-o astfel de relație.

Jeffrey a recunoscut că, probabil, el nu s-ar fi gândit să re-interpreteze lucrurile în felul în care a făcut-o Lazarus. Deși-

gur, în acele vremuri, strategia reinterpretării nu fusese încă inventată formal.

— Lucrul care m-ar fi surprins cel mai mult, a continuat Jeffrey, ar fi fost furia pe care ea trebuie să o fi resimțit față de tatăl ei. Nu știu dacă ea l-a sedus pe tatăl ei sau dacă acesta a sedus-o pe ea, dar aș fi interesat să aflu ce semnificație a avut această relație pentru ambii.

Amândoi am fost de acord că nu am fi ajuns niciodată în punctul în care a ajuns Lazarus.

Ce este de învătat?

r

Cu siguranță că un caz atât de memorabil trebuie să fi avut în perioada care a urmat un oarecare impact asupra terapeutului. L-am rugat pe Lazarus să ne vorbească despre efectele de durată pe care acest caz le-a avut asupra lui precum și a modului său de lucru.

— Sper că ceea ce vor învăța unii din acest caz este să se abțină de la orice judecată critică, moralizatoare sau peiorativă pe care la un moment dat simt nevoia să o adreseze celorlalți. Primul și cel mai important principiu care trebuie să-i ghideze este dacă acea situație pe care o abordează are consecințe nocive. Dacă răspunsul la această întrebare este afirmativ atunci avem de-a face cu o situație foarte diferită de aceea pe care am prezentat-o. Dar dacă răspunsul este negativ, atunci nu are rost să facem o problemă dii

Ajuns în acest punct, Lazarus și-a adus aminte de un alt caz. De fapt, atunci când practici meseria asta de la fel de mult timp ca și el, orice îți aduce aminte de un caz. în cazul respectiv era vorba de o femeie foarte dezorientată care a venit să-l consulte. Aceasta, copil fiind, fusese implicată în tot felul de jocuri sexuale. Ei îi plăcuseră aceste jocuri și le așteptase de fiecare dată cu nerăbdare.

— Apoi, a spus Lazarus, când a ajuns la colegiu a aflat că ceea ce i se întâmplase fusese un lucru îngrozitor. Din acel moment a început să se simtă extrem de vinovată. în cele din

urmă ea a venit la terapie spunând că nu-și dă seama de ce se simte atât de vinovată din moment ce ea nu s-a simțit astfel

j până nu a aflat că ar trebui să se simtă vinovată.

într-o manieră similară cu cea din cazul de dinainte, Laza

rus a considerat că întrucât nimeni nu fusese afectat de pe urma acestei situații, existau puține motive pentru ca pacien-

j ta lui să aibă remușcări față de ceea ce se întâmplase.

Ï — Am încercat să o eliberez de orice vină și i-am recoman

dat să se uite la ceea ce se întâmplase ca la un lucru inocent, un fel de preludiu al sexualității sale latente. Aceasta nu în-

‘ semna că era un om rău. întotdeauna, lumina călăuzitoare trebuie să pornească de la ideea dacă victima a suferit sau nu de

F pe urma situației respective.

F Versiuni multiple ale povestirii

t Ne-am întors la întrebarea pe care am pus-o mai devreme » referitoare la versiunea diferită pe care clienta sa ar fi putut să jH o aibă în minte. Adeseori, suntem mândri de felul în care con-ț cepem ceva sau interpretăm o situație sau de modul creativ în J care ne confruntăm cu cineva și îi criticăm convingerile. Cu f toate acestea, atunci când auzim versiunea clientului nostru * despre ce s-a întâmplat în cadrul terapiei, suntem surprinși de it ceea ce își aduce aminte acesta. De multe ori, ceea ce spune el -I seamănă foarte puțin cu propria noastră variantă.

I' — Ai întru totul dreptate, a fost de acord Lazarus. Acest ? lucru îmi aduce aminte de un alt caz. E legat de perioada pe ? care am petrecut-o în America de Sud. Aveam atunci un pa

cient foarte agitat.

„Uite", i-a spus individul lui Lazarus, „am să-ți povestesc ceva, deși știu foarte bine ce va urma. O să mă iei la șuturi sau o să apuci o mătură și o să-mi dai cu ea în cap spunându-mi

2 să plec naibii de aici".

Lazarus s-a pregătit pentru teribilul secret pe care avea să-l audă. în general, el se consideră un tip foarte deschis și, dacă ar fi să-l raportăm la întreaga populație a terapeuților, așa cum

de altfel am putut constata, el se află pe primele locuri în ce privește gradul de acceptare a celuilalt. Cu toate acestea, el știa că era pe cale să audă o minciună gogonată și voia să se asigure că fața sa nu trăda nici o urmă de surprindere sau dezgust care ar fi putut să-l intimideze pe clientul său. Era aproape sigur că acesta din urmă va mărturisi că a strangulat pe cineva.

„Ei bine", l-a îndemnat Lazarus pe un ton ales cu grijă, despre ce ai dori să-mi vorbești?"

După bolboroseli și eschivări, individului i-a scăpat în cele din urmă că a făcut sex cu o negresă.

„Continuă", l-a încurajat Lazarus.

„Asta e tot", a spus individul, după care a privit în jos rușinat.

Lazarus ne-a reamintit că acest lucru se întâmpla în America de Sud, în perioada apartheidului, când relațiile sexuale interrasiale erau considerate imorale.

— I-am spus individului că aceasta era o decizie arbitrară a acelei lumi nebune în care trăiam. Lucrasem un timp la Londra, iar la sfârșitul săptămânii mergeam la Paris. Oriunde mă duceam vedeam foarte multe persoane albe și negre împreună. Africa de Sud nu era decât o anomalie culturală din acest punct de vedere. De ce să fi pus acest lucru la inimă? Ei bine, asta l-a reconfortat vizibil pe acel individ. Era o situație similară cazului femeii de care v-am povestit mai devreme. Cred că el se aștepta să fie castrat, ca urmare a celor povestite. Din contră, ceea ce a obținut de la mine a fost să-l asigur în repetate rânduri că nu era nimic în neregulă cu el și că, de fapt, societatea în care trăia era bolnavă.

Deși am fost de acord cu o bună parte din ce spunea Lazarus, am recunoscut că în domeniul nostru există multe persoane care cred că terapeuții trebuie să se pună pe o poziție morală mult mai fermă pentru ca societatea să nu se ducă de râpă. Ele îi critică deschis pe acei profesioniști care își acceptă și își sprijină clienții chiar și atunci când aceștia fac lucruri care contrazic normele culturale. Iar în primul caz prezentat, este foarte probabil ca cineva să fi fost afectat, mai exact, fiica

să fi fost prejudiciată de către tatăl ei, care mai întâi a abandonat-o iar apoi a regulat-o. Pur și simplu.

Lazarus a fost întru totul de acord că oamenilor nu trebuie să li se permită să-și facă rău lor înșiși sau să facă altora. El a făcut referire la maltratarea copiilor, comercializarea drogurilor și alte comportamente similare. în aceste situații ca și în altele asemănătoare, terapeuții pot și trebuie să ia o atitudine fermă pentru a-și împiedica clienții să continue

să se poarte într-un mod distructiv. însă el a făcut o distincţie clară între comportamentul descris în cazurile despre care ne-a vorbit şi acela pe care el îl consideră cel mai dăunător.

Felul în care Lazarus a procedat cu clienta sa care întreţinea relaţii sexuale cu tatăl ei, şi care a avut efecte terapeutice evidente, ţinea mai puţin de metodele sale profesionale obişnuite şi mai mult de atitudinea sa binevoitoare, grijulie pe care o adoptase în cazul ei. A făcut-o să se simtă în siguranţă. El i-a asigurat pe cei doi pacienţi ai săi că nu puteau fi nişte fiinţe umane oribile doar pentru că se comportaseră într-un mod pe care cei mai mulţi dintre semenii lor l-ar dezaproba. Mai mult decât atât, el a asigurat-o pe clienta sa că, în ciuda faptului că avusese cea mai teribilă aventură posibilă, ea a rămas totuşi o persoană bună.

Capitolul cinci

William Glasser

Nevoia de a mânca din lada de gunoi

espre William Glasser putem spune, pur şi simplu, că r S a fost unul dintre cei mai influenţi instructori şi tera-

,**&—*J peuţi din câţi au existat. în anii '60, el s-a numărat printre primii teoreticieni care au dezvoltat o metodă relativ simplă pentru a-i ajuta pe oameni să facă faţă unei game largi de probleme personale, de la depresie până la dependenţă şi probleme legate de stilul de viaţă.

Concentrându-se asupra consecinţelor comportamentului indi-vidului şi a alegerilor pe care acesta le face, Glasser a oferit un cadru teoretic pentru a-i ajuta pe oameni, să ia o atitudine mult mai constructivă în ce priveşte viaţa lor. Cărţile sale clasice, Reality Therapy (Terapia Realităţii, 2965), Positive Addiction (Dependenţa pozitivă, 2976), Reality Therapy in Action (Terapia Realităţii în acţiune, 2000) şi Counseling with Choice Theory (Consiliere cu teoria alegerii, 2001), au instruit câteva generaţii de adepţi ai teoriei sale. De atunci, Terapia Realităţii a devenit atât de populară încât Institutele Glasser s-au răspândit peste tot în lume, din Australia şi Hong Kong, până în Rusia şi Orientul Apropiat. în acest moment, practic fiecare terapeut foloseşte câteva dintre aspectele metodei sale.

Influenţa lui Glasser s-a făcut resimţită nu numai în domeniul practicii terapeutice, ci şi în cel al educaţiei. Prin intermediul cărţilor sale, Şcoli la care succesul este asigurat (2969) şi Şcoala Ca-

lităţii (1990), el şi-a extins „teoria alegerii" pentru a proiecta sisteme educaţionale şi strategii disciplinare care, pe de o parte oferă copiilor mai multă putere de decizie iar, pe de altă parte, îi fac mult mai responsabili pentru comportamentul lor.

El a înregistrat, succese similare prin dezvoltarea „comunităţilor teoriei alegerii" în care culturile civice şi corporatiste sunt restructurate într-un asemenea fel încât să pună un accent mai mare pe acţiunile cooperante şi autonome.

Deşi are la bază o pregătire psihiatrică, Glasser şi-a petrecut cea mai mare parte a activităţii sale profesionale lucrând în domeniile educaţiei, consilierii, dependenţei, comportamentului organizational şi al sănătăţii publice. Recent el şi-a concentrat eforturile în direcţia îmbunătăţirii relaţiilor maritale, lucru care se poate observa şi în cărţile sale What Is This Thing Called Love? (Ce este acest lucru numit dragoste?, 2000) şi Getting Together and Staying Together (Cum să întemeiezi o relaţie de durată, 2000). Deşi se apropie de optzeci de ani, Glasser este încă activ în viaţa publică. El continuă să-şi perfecţioneze ideile şi să aplice teoria alegerii în domenii noi.

Bill Glasser are o atitudine binevoitoare şi glumeaţă — lucru la care nu te-ai aştepta având în vedere vârsta înaintată şi poziţia sa profesională. Deşi este cunoscut îndeobşte pentru metodele sale practice, întemeiate pe realitate, atunci când vorbeşte despre cei pe care i-a ajutat în viaţa lui dă dovadă de multă afecţiune. Pentru el, aceştia nu sunt doar pacienţii săi, ci şi membrii familiei sale extinse.

Ultimul pacient

Glasser a început conversația precizând că intenționează să ne vorbească despre ultimul pacient pe care l-a văzut înainte să-și închidă cabinetul.

— De fapt, a spus el enigmatic, ședințele pe care le-am avut cu această pacientă nu s-au desfășurat în cabinetul meu.

Era vorba de o tânără femeie de douăzeci și unu de ani, provenind dintr-o familie pe care Classer o cunoștea foarte bine. El îi consultase înainte atât pe tatăl cât și pe sora ei.

— Jucam tenis cu pediatrul ei, a spus Glasser. Familia a preferat să o ducă mai degrabă la el decât la mine.

Acest lucru îl deranja pe Glasser nu numai pentru că alegerea lor era nepotrivită, dar și pentru că acest medic nu vedea cu ochi buni practica psihiatrică. Totuși, cum nu fusese în stare să facă ceva pentru pacienta sa, pediatrul a cerut familiei să-l contacteze pe Glasser în vederea unei consultații.

— Femeia aceasta avea ceea ce azi este catalogat drept probleme cu alimentația.

Am zâmbit când am auzit acest lucru, pentru că știam ceea ce avea să urmeze. Glasser era notoriu pentru atacurile sale îndârjite la adresa etichetărilor psihiatrice tradiționale. Nici nu ne-a dezamăgit.

— Eu nu cataloghez nici un fel de tulburare psihică. Pentru mine, singura suferință psihică este nefericirea, iar atunci când ești nefericit Dumnezeu știe de ce ești în stare. Apoi, după o pauză dramatică, a adăugat: Problema ei era că mânca din lăzile de gunoi.

—- Mânca din lăzile de gunoi?

— Scormonea în lăzile de gunoi în timp ce mergea pe stradă.

Acest lucru nu ni se părea din cale afară de neobișnuit. Mulți oameni ai străzii scormonesc după mâncare pe unde apucă.

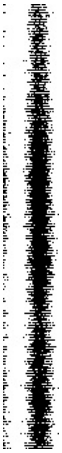
— E adevărat, numai că acest lucru se întâmpla în partea vestică a Los Angeles-ului într-un cartier foarte bun.

Treptat ne-a venit în minte că era vorba de un comportament alimentațional electiv. Se pare că această tânără femeie lua lăzile de gunoi de pe strada sa drept un fel de bufet suedez.

Glasser voia să ne spună cum a tratat acest caz, dar noi l-am întrerupt pentru că doream să obținem o imagine mai clară a situației cu care el se confruntase.

..

:|



— Ea ieşea din casă şi scormonea în gunoi până când găsea ceva care i se părea bun de mâncat.

— Avea anumite preferinţe culinare?

— Da, a răspuns Glasser. îi plăceau dulciurile.

A continuat explicându-ne că deşi avea un mod de a se alimenta cam ciudat, tânăra femeie era într-un fel atrăgătoare. Principala ei problemă era că se considera lipsită de orice merit. Se simţea pierdută şi nesigură în legătură cu ceea ce avea să facă în viitor.

înainte ca el să apuce să-şi continue relatarea despre sentimentele ei de inadaptare, Jeffrey l-a întrerupt din nou. Era ceva în ceea ce ne povestise până în acel moment care nu se prea potrivea.

— Bill, cum explica ea faptul că atunci când i se făcea poftă de dulciuri nu se ducea pur şi simplu să-şi cumpere un Snickers?

Din câte reuşise să afle, Glasser a ajuns la concluzia că tinerei femei îi plăcea să mănânce din lada de gunoi pentru că acest lucru o scotea din minţi pe mama ei.

Aha.

Din birou în stradă

Această întâmplare avea loc în anii '70, perioadă în care Glasser a scris un nou best-seller care a avut un impact puternic asupra tratării problemelor legate de sănătatea mentală. Adicţia Pozitivă avansa ideea că oamenii pot să se elibereze ei înşişi de obiceiurile dăunătoare, substituindu-le cu alternative mult mai sănătoase.

în timpul celor câteva şedinţe pe care le-a avut cu tânăra la cabinetul său, Glasser a putut să afle câte ceva despre cât de nefericită era şi despre viaţa mizerabilă a familiei ei.

„Nu pot să fac nimic în privinţa familiei tale", i-a spus Glasser. „Dar pot să te ajut să faci ceva pentru tine. Ce ai de gând să faci în privinţa asta?"

Mama ei era o persoană meticuloasă şi perfecţionistă. Pentru ea, pe lista priorităţilor, curăţenia se afla cu siguranţă după

cucernicie. Aşa că imaginea fiicei mâncând din gunoi era cu certitudine cel mai rău lucru pe care şi-l putea închipui. Evident, aveam de-a face cu o fată care ştia exact unde să o lovească pe mama ei.

Spre deosebire de alţi terapeuţi care ar fi căutat ca pacienta să conştientizeze că aceasta era o formă nepotrivită de exprimare a resentimentului sau care ar fi determinat-o să-şi examineze convingerile negative sau să înţeleagă rolul trecutului său în dezvoltarea acestor comportamente, Glasser a avut întotdeauna o încredere fermă în acţiune. El nu este interesat să-i ajute pe oameni numai să înţeleagă ceea ce au greşit ci şi să-şi schimbe comportamentul scindat.

Glasser s-a dovedit înţelegător cu situaţia grea a pacientei sale şi a fost întru totul de acord cu ea că trăia într-o familie disfuncţională. Totuşi el considera că acesta nu poate fi un motiv suficient pentru ea ca să-şi facă viaţa mizerabilă, mâncând din gunoi.

„Nu ai o părere bună despre tine", i-a spus Glasser. „Te uiţi la tine şi îţi dai seama că nu faci nimic cu viaţa ta, în afară de faptul că o exasperezi pe mama ta." Glasser s-a întrerupt pentru un moment apoi a adăugat: „Nu cred că aceasta poate fi o vocaţie pentru o femeie matură."

Tânăra a fost întru totul de acord cu această apreciere, dar apoi a început să întrebe ce putea să facă în legătură cu situaţia ei dificilă.

Timp de un minut, terapeutul ei a cântărit situaţia.

„Pur şi simplu nu văd cum ai putea să-ţi faci vreun bine stând aici la birou şi discutând despre aceste lucruri."

După cum vedeţi, Glasser era (şi fusese întotdeauna) sceptic în legătură cu faptul că discuţiile terapeutice pot să aibă singure un efect de durată.

„Bine, atunci", l-a îndemnat femeia, „ce credeţi că va merge?" într-un fel, Glasser a convins-o că era timpul să treacă la un alt stadiu al vieţii ei şi să depăşească episodul cu lăzile de

gunoi.

După ce i-a explicat natura dependenţei pozitive, Glasser a sfătuit-o să facă în mod regulat exerciţii, cum ar fi alergatul,

ca o alternativă legitimă la vechile ei obiceiuri legate de alimentaţie, denotând un deficit de adaptare.

„Câtă vreme ai tendinţa să fii dependentă de ceva", i-a spus Glasser, „poţi foarte bine să alegi un obiect al dependenţei care să-ţi fie benefic."

Glasser a explicat că de-a lungul anilor a primit foarte multe scrisori de la oameni care, luând contact cu această teorie referitoare la dependenţa pozitivă, au început să alerge şi să facă exerciţii în mod regulat. Ne-am dat seama cu toţii de influenţa de care se bucura în rândul oamenilor. Acum douăzeci de ani nici măcar nu visam că ne vom arăta prietenoşi faţă de un om care ne-a făcut dependenţi de alergat.

Terapie pe fugă

în acele vremuri, Glasser, care trecuse de cincizeci de ani, obişnuia să alerge în mod regulat, practicând el însuşi ceea ce recomanda celorlalţi. Avea o convingere fermă în puterea obiceiurilor sănătoase, astfel că punea multă pasiune în a-i determina pe pacienţii săi să facă exerciţii. Dar în acest din urmă caz, tratamentul său s-a dovedit un pic cam neconvenţional, desigur, după standardele acelor timpuri.

„în loc ca tu să vii la mine la birou", i-a spus Glasser pacientei sale, „voi veni eu să te văd de două ori pe săptămână. Ne vom întâlni la intersecţia San Maceni cu Brentwood. Aceasta este o stradă pe care se poate alerga. Multă lume

aleargă acolo iar eu locuiesc în apropiere."

„Lasă-ți mașina în parcarea supermarketului și ne întâlnim chiar acolo. Putem discuta în timp ce alergăm. Singura diferență va fi că tu vei alerga șapte zile pe săptămână, iar eu te voi însoți doar două zile. Nu pot să te oblig să alergi, dar cred că acest lucru te poate ajuta cu adevărat."

Glasser și pacienta sa au alergat împreună de două ori pe săptămână câte treizeci de minute. Au făcut acest lucru timp de mai multe luni. După ce își terminau traseul, obișnuiau să stea în mașină și să discute despre planurile ei de viitor. Ea a

mărturisit că era interesată să lucreze cu copiii și că își dorea să devină educatoare. La scurtă vreme, a declarat că intenționează să se mute din casa părinților ei și să se întrețină singură, ceea ce curând după aceea a și reușit să facă. Și — probabil nu e de mirare — a încetat să mai mănânce din gunoi.

— Ați alergat vreodată în ziua în care se colectau gunoaiele? a întrebat Jon.

— Nu. Când alergam, nu era niciodată tentată de lăzile de gunoi. După ce a început să alerge, problema cu gunoaiele a dispărut complet.

— Și cum îți explici acest lucru? l-a întrebat Jeffrey.

— Acum ea făcea ceva din viața ei, ceva pe care îl putea controla. La fel cum putuse să controleze alimentarea din tomberon, acum reușea să controleze alergarea.

Glasser s-a oprit un moment gândindu-se la această pacientă la care ținuse atât de mult încât devenise instructorul ei personal.

— Până nu de mult, primeam vești de la ea în fiecare an, de Crăciun. Mai întâi am aflat că s-a căsătorit, apoi mi-a trimis poze cu primul său copil, apoi cu cel de al doilea copil și cu soțul ei.

— Până și pediatrul a recunoscut, când ne-am mai întâlnit după aceea, că am reușit să o ajut pe această femeie.

La acea vreme, Glasser își închisese biroul, așa că își permitea să petreacă mai mult timp ținând cursuri și scriind. El și-a adus aminte de acest caz, în parte pentru că această tânără fusese ultimul pacient pe care l-a avut înainte să abandoneze practica psihiatrică.

Fetele lui Ventura

Nu am fost surprinși să aflăm că o serie de medici i-au trimis lui Glasser cei mai ciudați și mai dificili pacienți. La acea vreme el reușise să-i ofenseze pe mulți dintre colegii săi punând sub semnul întrebării metodele tradiționale de care se foloseau ei în terapie. Glasser refuza să folosească metoda tra-

dițională de diagnosticare. El nu săpa adânc în trecutul pa-cienților săi și nu acorda o atenție prea mare intuițiilor psihologice. Și mai ales nu avea nici o reținere în a le spune colegilor săi că greșeau atunci când se încăpățânau să aplice vechile lor metode favorite. El credea că acesta era unul dintre motivele pentru care îi era atât de greu să-și atragă pacienți și în cele din urmă a decis să lucreze într-o manieră netradițională. Noi credeam că acest lucru s-a întâmplat pentru că lui i-a plăcut întotdeauna să acționeze într-un mod nonconformist.

După atât de mulți ani, lui Glasser îi este greu să-și aducă aminte de multe din cazurile sale, chiar și de așa-numitele cazuri speciale. Dar avea cele mai dragi amintiri despre anii când lucrase la o închisoare juvenilă pentru fete din Ventura, California.

— Trebuie să fi avut vreo câteva fețe ciudate pe acolo, l-am îmboldit noi.

— Mda. Aș spune că Ventura a fost ultimul bastion pentru tinerele delincvente.

— Atunci, povestește-ne câte ceva din vremurile de atunci.

Glasser părea să aibă nevoie să fie împins de la spate.

— Ce ar fi de spus? Fetele erau închise. Era o închisoare juvenilă. Existau un psihiatru și vreo șase consilieri. Era o situație bună. Tot ce îmi aduc aminte este că îmi plăcea să lucrez acolo. Fetele acelea ar fi ucis pentru mine.

Glasser nu glumea.

— Mă iubeau foarte mult. Niciodată nu am avut parte de atâta afecțiune. Fetele astea au reușit la școala noastră.

Experiențele lui Glasser de la Ventura au stat la baza ideilor sale despre „școli în care succesul este asigurat" în care copiii urmau să fie tratați cu respect cerându-li-se în același timp să acționeze responsabil.

— Dar unele dintre fetele acelea comiseseră infracțiuni grave.

— Cîteva erau condamnate pentru omucidere.

Lucrul acesta era cât se poate de serios.

— E vorba de acele indience din California de Nord. E adevărat că ele săvârșiseră crime, dar acest lucru s-a întâmplat în

urma abuzurilor la care au fost supuse începând de la vârsta de șase sau șapte ani.

Glasser le-a spus fetelor că el înțelegea de ce au comis faptele pe care le-au comis. Unii dintre oamenii aceia trebuiau omorâți. Era singura cale prin care fetele puteau scăpa de ceea ce li se făcea.

— Nu le-am lăsat pe fetele acelea să se întoarcă în rezervație. Ele trebuiau să stea cu noi timp de trei ani. Au fost cele mai bune fete pe care le-am avut vreodată la acea școală. Am aranjat ca ele să locuiască în comunitate și să meargă să muncească, lucru de care s-au achitat foarte bine. Nu erau în nici un caz delincvente. Ele doar omorâseră pe cineva, asta e tot, de multe ori o persoană care cred că merita să fie omorâtă.

Nu ne-am putut da seama dacă Glasser glumește sau nu, dar bănuiam că era un avocat atât de bun pentru pacientele sale încât chiar ajunsese să înțeleagă de ce săvârșiseră acele infracțiuni. El nu considera că acești copii cu care lucra sunt din cale afară de neobișnuiți; comportamentul lor fusese complet rezonabil având în vedere circumstanțele în care trăiseră. Această discuție i-a adus aminte de unul dintre pacienții pe care îi trataseră la începutul carierei sale.

Adopția

Glasser, trecut acum de șaizeci de ani, l-a văzut pentru prima dată pe acest client când era student la universitate. Constatarea aceasta l-a făcut să zâmbească pentru că individul este acum la pensie, în vreme ce Glasser continuă să muncească.

La vremea aceea, apăruse cartea lui Glasser Terapia Realității, un best-seller nu numai pentru profesioniști, dar și pentru publicul larg. Oamenii îl căutau aidoma unui pelerinaj la Lourdes — o ultimă șansă înainte de a se da bătuți.

— Tânărul auzise de mine. Mi-a mărturisit că era decis să se sinucidă. Avea de gând să meargă să se arunce în prăpastie. Nu mai putea îndura. Dar mi-a spus că dacă cumva aveam să-l văd și să-l conving să nu o facă, poate că renunță.

Glasser și-a dat seama că, în ciuda depresiei și deznădejdii sale, el nu voia cu adevărat să se sinucidă. Voia doar să fie ajutat.

— Locuia cu mama lui care era cam înapoiată și cu tatăl vitreg. Tatăl său adevărat l-a renegat când era mic, iar de

atunci nu l-a mai văzut niciodată. Avea un frate vitreg pe care tatăl vitreg îl iubea ca pe ochii din cap. Toate acestea erau lucruri standard de tipul respingere.

Pe Glasser l-a întristat foarte mult situația tânărului student pentru că și-a dat seama că, deși era un individ foarte capabil, viața lui era foarte searbădă.

Ce a făcut el, în această situație? Ei bine, cei mai mulți psihiatri ar prescrie medicamente pentru depresie, iar o bună parte a terapeuților ar face apel la sentimentele băiatului referitoare la propria lui valoare sau ar face săpături în trecutul lui pentru a găsi cauzele suferinței. în schimb, Glasser a preferat să se ducă acasă și să vorbească cu soția lui despre acest băiat.

„Uite care e treaba", i-a spus el soției, „puștiul ăsta are nevoie de o mamă și de un tată. Este un băiat de treabă și cred că va trebui să fim părinții lui. Sunt îngrijorat că ar putea să se sinucidă".

După foarte mulți ani de conviețuire cu Glasser, soția nu mai era atât de surprinsă de metodele lui destul de neortodo-xe de tratament. Ea a acceptat acest aranjament.

— Așa că l-am adoptat, a spus Glasser simplu. El a devenit un membru al familiei noastre, fratele mai mare al băiatului meu și așa mai departe. Acum are peste șaizeci de ani și a ieșit la pensie. A avut foarte mult succes și a făcut o mulțime de bani.

Glasser spunea aceste lucruri cu mândrie, ca și când ar fi fost vorba de fiul său adevărat.

— Știu că în calitate de psihiatru nu ai voie să faci astfel de lucruri. Dar eu nu am nici un fel de reguli sau regulamente. Fac doar ceea ce cred că este bine. Așa că am continuat să fiu psihiatrul lui. El nu s-a mutat niciodată la noi. Avea propria sa locuință.

Deși eram foarte uimiți de faptul că Glasser a mers până acolo încât a „adoptat" simbolic un pacient care avea nevoie de părinți afectuoși, asta ne-a adus aminte de modul în care oamenii fac terapie în alte părți ale lumii. în anumite regiuni ale Africii, de exemplu, cei care au probleme de sănătate mentală se mută în casa celui care îi tratează până la vindecarea lor completă. (Acest lucru l-ar motiva foarte mult pe un psihiatru să lucreze din greu pentru a ajuta pacienții; în caz contrar ar trebui să locuiască cu ei în permanență.)

în cele din urmă clientul/fiul s-a căsătorit și și-a întemeiat propria familie.

— Dar venea întotdeauna cu familia la noi de Ziua Recunoștinței, pentru că, spunea el, trebuia să-și arate recunoștința față de cei din casă.

Glasser a menționat în treacăt acest lucru, dar ne-am dat seama cât de mult însemna pentru el. La urma urmei, acesta fusese un caz la care ținuse atât de mult încât ani de zile a depus eforturi pentru rezolvarea lui, implicându-i până și pe cei din familia sa în această întreprindere. El hotărâse că acest băiat avea nevoie, mai mult ca de orice, de părinți stabili și de o familie sănătoasă. Prin urmare, trebuia să-i ofere exact aceste lucruri.

— Cel mai ciudat aspect al acestui caz, i-am spus noi lui Glasser, nu a fost comportamentul băiatului, ci reacția ta atipică față de întreaga situație.

— Mda, a fost cam ciudată, nu-i așa?

Știam că Glasser îl adoptase pe acel băiat în mod simbolic și nu legal, dar ne întrebam totuși cum i-a propus băiatului acest lucru. Cum să spui cuiva așa ceva?

— I-am spus pur și simplu că are nevoie de un tată și de o mamă, așa că nu are decât să vină cu mine. A cunoscut-o pe soția mea. I-a cunoscut pe copiii mei. Venea la noi la cină. Nu chiar în fiecare seară. Astfel am devenit familia lui.

Totul pare incredibil de ironic dacă ne gândim la faptul că Glasser este cunoscut în primul rând pentru metoda

sa terapeutică behavioristă orientată către atingerea unui scop. Profesorii, consilierii, terapeuții și liderii din întreaga lume

aplică tehnicile Teoriei Realității urmând câțiva pași foarte simpli. Și cu toate acestea, în cazurile despre care Glasser a discutat cu noi — femeia care mânca din gunoi, fetele din Ventura și tânărul care voia să se arunce în prăpastie — ceea ce a contat cel mai mult au fost dragostea și devotamentul său. Glasser a fost gata să treacă dincolo de obligațiile profesiei sale pentru a le arăta acestor oameni cât de mult îi pasă de ei.

Cum sa Stabilești o relație

r r

Glasser era întru totul de acord că cel mai important lucru într-o relație în care îți propui să-l ajuți pe celălalt este gradul de implicare. în acest sens el a făcut referire la un capitol din cartea sa în care discuta despre Rebecca, o pacientă care fusese diagnosticată cu schizofrenie. El putea să o vadă la spital numai ca vizitator deoarece îi fuseseră refuzate orice privilegii medicale. Deși administrația Spitalului UCLA se schimbase de mai multe ori de cînd își începuse rezidențiatul, prezența lui Glasser nu era deloc apreciată.

-— Ce ai putut oare să le faci acelor oameni de nu suportau să te vadă pe acolo?

Ne întrebam dacă nu cumva a dat foc spitalului sau a agresat pe cineva de acolo.

— Când eram rezident, a explicat simplu Glasser, le-am spus că psihanaliza nu ajută pe nimeni.

Glasser era modest. E adevărat că el le spusese celor de acolo că principala formă de tratament pe care o aplicau la acea vreme e inutilă, dar ceea ce a contat a fost felul în care a făcut această remarcă, astfel că nu și-a mai lăsat loc de bună ziua.

— Nu cred în intuiția psihologică, le-am spus supervizori-lor mei. Toată lumea are intuiție; intuiția nu face doi bani. Și apoi, oamenii știu ce trebuie să facă în viață. Dacă aleg să nu urmeze calea cea bună, cu siguranță că au o mulțime de motive pentru aceasta. Principalul motiv este că ei sunt deconectați de la viața reală și nimănui nu-i pasă de ei.

Prin urmare, aceasta era rațiunea pentru care el a pus atât de mult suflet în a le arăta oamenilor că îi pasă de ce se întâmplă cu ei. Desigur, se poate spune că el este renumit pentru pașii foarte simpli pe care îi urmează în abordarea pa-cienților, întrebându-i ce își doresc, ce fac în acest sens și evaluând dacă acest lucru este eficient, însă esența metodei sale de abordare a constat întotdeauna în grija cu care i-a tratat pe cei din jur.

Referindu-se din nou la Rebecca, Glasser ne-a spus că ea a reușit să-și depășească schizofrenia după ce au stat de vorbă un timp și au stabilit o relație solidă.

— Nu am avut niciodată prea multe dificultăți cu cazurile de acest fel, chiar și pe vremea când eram rezident. Am avut foarte mulți pacienți care au reușit să-și depășească schizofrenia și să devină din nou funcționali.

Glasser nu a crezut niciodată că stări precum schizofrenia există cu adevărat. Din acest motiv, el prescria foarte rar medicamente pentru aceste probleme. El l-a indicat pe John Nash din filmul O minte strălucită ca fiind un exemplu bun de persoană care încă are manii și halucinații, dar care înțelege de unde provin și alege să nu cadă în capcana lor. Alegerea este de altfel elementul principal al teoriei lui Glasser.

Intorcându-ne la cazul Rebeccăi, l-am întrebat pe Glasser cum au decurs vizitele pe care i le făcea la spital. Cum a reușit să vorbească cu ea având în vedere că era sau cel puțin se comporta ca o schizofrenică?

— Nu am făcut altceva decât să discut și să stabilesc o relație cu ea.

— Despre asta era vorba? Ăsta este secretul tău?

— Ei bine, eu nu cred că există schizofrenie. Desigur, există simptome psihotice. Dar, în multe cazuri, este rezultatul

strădaniilor acestor oameni de a trăi potrivit unor aşteptări excesive fie din partea lor, fie din partea celorlalţi.

— Rebecca era o studentă strălucită. Apoi, la un moment dat, ea nu a mai vrut să fie aşa. Nu-şi dorea decât să joace bridge şi şah şi să dea meditaţii doar pentru a se întreţine. Toţi membrii familiei aveau studii superioare.

Glasser şi-a dat imediat seama că problema ei majoră părea să fie legată de faptul că îşi dezamăgise familia din cauza alegerilor pe care le făcea.

— Ce face acum?

— Este profesoară la un colegiu şi se descurcă foarte bine.

Aşa cum prezenta Glasser lucrurile, totul părea foarte simplu. El ia pacienţii care nu răspund la medicaţie, la tratamentul de şoc sau la cea mai bună terapie pe care o poate oferi această profesie şi „stabileşte relaţii cu ei". Desigur, asta este ceea ce spune el că face cu pacienţii. De fapt el face mult mai multe. El îi provoacă. îi încurajează să facă diferite alegeri care să fie mult mai în acord cu dorinţele lor adevărate. Şi, de asemenea, el dă dovadă de multă grijă şi devotament faţă de binele lor.

în cazul Rebeccăi a existat un moment-cheie pe care Glasser şi-l aminteşte ca fiind deosebit de semnificativ.

„Domnule doctor Glasser", l-a întrebat ea, „poţi să auzi voci şi totuşi să nu fi nebun?"

„Absolut", a asigurat-o el. „Poţi să creezi orice în mintea ta atâta vreme cât ştii de unde provine. Nu e nici o nebunie în asta. Lui Beethoven i s-a spus că este nebun pentru că auzea muzica deşi era surd. Dacă Einstein s-ar fi născut puţin mai devreme ar fi sfârşit într-un spital de nebuni din cauza iluziei sale referitoare la faptul că lumea fizică funcţionează într-un mod diferit faţă de cel descris de Newton. La fel s-a întâmplat şi cu Galileo — l-au pus pe rug şi l-au ameninţat că îl vor ţine la frigare până când va spune că pământul este centrul universului. Şi el a fost de acord în cele din urmă. Nebunie este atunci când începi să auzi lucruri care sunt atât de rupte de realitate încât încep să-ţi distrugă viaţa."

Glasser a încheiat seria remarcelor sale observând că există o mulţime de oameni, acolo, afară, care cred că el este nebun.

— Iluziile sunt un lucru foarte obişnuit. Ele apar atunci când te abaţi de la normă într-o asemenea măsură încât devii incomod pentru cei din jur. In ce mă priveşte, psihanaliza este o iluzie majoră. Oamenii cred că mă înşel când spun acest lucru, aşa că iată-ne ajunşi din nou de unde am plecat.

Capitolul sase

t

Domeena Renshaw

Penisul care avea nevoie de permisiunea bisericii

y^Tnamle să vină în Statele Unite, în anii '60, Domeena Ren-f 1 shaw a lucrat ca chirurg într-o mică misiune medicală din

Zululand, Africa. Ea s-a specializat în urologie, ginecologie şi neuropsihiatrie, ajungând astfel să aibă o pregătire medicală solidă care i-a permis o mai bună înţelegere a legăturilor dintre factorii psihologici şi fizici implicaţi în tulburările psihice. După ce şi-a încheiat rezidenţiatul în psihiatrie la Universitatea Loi/ola din Chicago, a rămas în cadrul acestei facultăţi iar apoi a întemeiat o clinică particulară pentru terapia sexuală.

în ultimii treizeci de ani, Renshaw a tratat mii de cupluri cu diferite disfimcţionalităţi sexuale şi a făcut cunoscute metodele sale de terapie sexuală de scurtă durată la mii de psihiatri. Programul său original constă din şapte şedinţe care combină educaţia sexuală cu terapia individuală şi de grup.

Renshaw şi-a publicat ideile sale într-un best-seller, Seven Weeks to Better Sex (Cum să-ţi îmbunătăţeşti performanţele sexuale doar în şapte săptămâni), care i-a adus notorietate în întreaga lume pentru abordarea, ei sistematică, integratoare şi eficientă. La începutul carierei, înainte de a începe să se specializeze în terapia sexuală, a scris o serie de cărţi despre copiii hiperactivi şi despre tratare a victimelor incestului.

Ceea ce te frapează la Domeena Renshaw este energia debordantă. Cu accentul său sud african, statura mică şi maniera degajată în

care vorbeşte despre cele mai explicite aspecte ale comportamentului sexual, ea este fără îndoială o prezenţă unică în domeniul psihiatriei şi al terapiei cuplurilor.

X-

x- *

Având în vedere faptul că Renshaw are o practică medicală îndelungată şi că specialitatea pe care şi-a ales-o este terapia sexuală, un domeniu în care se întâlnesc cele mai multe comportamente bizare, nu este de mirare că ea a avut cu prisosinţă de unde să selecteze cazuri interesante. Cu toate acestea, ea consideră că pacientul despre care are cea mai vie amintire este interesant nu pentru preferinţele sale sexuale ciudate ci pentru lecţia importantă pe care i-a oferit-o despre respectul care trebuie acordat sistemului de valori al fiecărui pacient.

Ea ne-a prezentat principalele trăsături ale acestui caz în maniera concisă în care se adresează medicilor rezidenţi.

Penisul era obosit şi avea nevoie să doarmă

— întâmplarea a făcut ca el să fie un diabetic dependent de insulină, a început Renshaw, evidenţiind faptul că în ceea ce priveşte impotenţa de care se plângea acest pacient erau implicaţi atât factori psihologici cât şi fizici. A venit la noi cu aproape zece ani în urmă. E important momentul pentru că e vorba deci de o perioadă în care Viagra nu apăruse încă. Cu trei ani în urmă, se căsătorise pentru a doua oară. Avea copii mari din prima căsătorie.

Cea de a doua soţie, care l-a adus la tratament, era din ce în ce mai frustrată şi mai impacientată din cauză că mariajul lor nu se consumase încă din cauza problemelor pe care el le avea cu erecţia. La începui relaţiei lor el i-a explicat că nu poate să facă sex cu ea înainte de căsătorie deoarece este catolic practicant.

De atunci trecuseră câţiva ani, iar el sau cel puţin penisul lui se dovedea în continuare necooperant. în afară de problemele lor sexuale — sau mai degrabă de lipsa lor de activitate sexuală — păreau să aibă o relaţie tandră. Certurile lor aveau ca unic motiv viaţa sexuală. Când erau în pat, soţia se arăta foarte interesată de bărbatul ei, dar de fiecare dată acesta se eschiva şi în cele din urmă adormea.

Penisul avea nevoie de injecţii

Renshaw a început prin a stabili dimensiunile medicale ale cazului bărbatului, supunându-1 în acest scop unui examen fizic complet. Ea a descoperit că dimineața el avea erecție, ceea ce însemna că era foarte probabil ca problemele lui să fie de natură psihologică. Totuși, din cauza problemelor cu diabetul și a dependenței de insulină, ea l-a trimis la un urolog pentru a verifica circulația sanguină din penis, care poate fi afectată de această boală.

Medicul urolog a găsit intr-adevăr o oarecare îngustare a vaselor mici de sânge. Din fericire, existau injecții pe care soțul le putea folosi pentru a-și induce chimic erecția. Și putea să fie învățat cum să și le administreze atunci când dorea să facă sex.

în timp ce Renshaw ne povestea aceste lucruri, nu ne puteam scoate din minte imaginea acului imens al seringii deasupra bietului penis mititel, obosit și necooperant. Ne întrebam unde trebuia înfipt acel ac și cât de mult trebuie să doară. Ea ne-a asigurat că acul este de fapt foarte mic, iar procedura, chiar dacă nu este exact ceea ce am numi un preludiu sexual plăcut, dădea într-adevăr „rezultate" consistente. Abia acum am realizat cât de miraculoasă trebuie să fie Viagra pentru acele cupluri care au astfel de probleme.

După o săptămână, soțul a venit pentru a i se testa injecția, iar rezultatul care s-a produs în cabinetul doctorului a fost de-a dreptul spectaculos. Cu toate acestea, în loc să alerge acasă la nerăbdătoarea lui soție, bărbatul s-a decis în mod inex-

plicabil să se oprească în drumul către casă, la un restaurant, pentru a lua cina. Parcă ni-1 imaginam stând la o masă, igno-rându-și penisul neastâmpărat care-i zvâcnea în pantaloni în favoarea unui cocteil de crevete.

— Când a ajuns acasă, a spus Renshaw, erecția îi dispăruse. Soția a fost foarte furioasă și a insistat ca el să-și facă o altă programare la doctor. De data aceasta, a spus ea, va merge cu el și va învăța ea însăși cum să-i facă injecția.

Eram gata să o întrebăm pe Domeena cum poate să fie învățat cineva să facă acest lucru? Exista un penis de jucărie pe care se putea exersa sau soția trebuia să experimenteze pe bărbatul ei? Și, din nou, imaginația noastră a început să lucreze fără voie. Parcă vedeam penisul individului expus pe masa de operație, acoperit cu acele halate chirurgicale din care doar capul este lăsat la vedere. Doctorul și soția stau deasupra micului pacient cu un ac imens. Mâna femeii tremură, așa că doctorul este nevoit să o ajute să îndrepte acul către țintă.

Penisul este hărtuit

!

Renshaw a întrerupt această fantezie.

— El întârzia să apară. Programul nostru se întinde doar pe durata a șapte săptămâni, iar noi ne aflam atunci în cea de a șaptea și ultima săptămână de terapie. In cele din urmă a venit, dar era teribil de supărat. Soția lui, care-1 însoțea, era foarte furioasă.

Renshaw i-a convins pe cei doi să se calmeze, apoi i-a întrebat ce se întâmplase. Era evident că avusese loc o ruptură majoră între ei. Chiar și în toți acești ani în care avuseseră conflicte din cauza lipsei de activitate sexuală, ei reușiseră să rămână respectuoși și plini de afecțiune unul față de celălalt.

— Ceea ce se întâmplase, ne-a explicat Renshaw, a fost că soțul s-a trezit într-o dimineață la ora două și a găsit-o pe soția lui cu penisul lui în mâna stângă și cu seringa încărcată în mâna dreaptă. între dinți, ținea o lanternă pentru a ilumina zona de operare.

Cred că nu mai e nevoie să spunem că bărbatul a fost de-a dreptul șocat să-și vadă consoarta pe punctul de a-i administra o injecție în penis, în toiul nopții. Se pare că ea plănuise să-i provoace chimic o erecție fără consimțământul lui și să facă sex cu el în timp ce dormea.

Soțul era terifiat de comportamentul soției lui. Ea era la rândul ei indignată pentru că el sabotase eforturile lor de a avea o viață sexuală normală — de a avea vreo viață sexuală.

— Când am auzit această poveste, mi-a fost foarte greu să mă abţin să nu râd, a recunoscut Renshaw. Dar eram hotărâtă să aflu ce se întâmpla.

Penisul se apără singur

Acest incident critic i-a oferit lui Renshaw ocazia să cerceteze mult mai în amănunt ce se întâmpla cu soţul şi să afle de ce acesta, în ciuda intenţiilor sale declarate, se opunea cu atâta fermitate ca actul sexual să aibă loc. împingând lucrurile cât mai delicat cu putinţă, ea a clarificat în cele din urmă situaţia.

Bărbatul era catolic practicant. Deşi divorţase legal cu ani în urmă, biserica nu recunoscuse încă anularea primei căsătorii.

— Procesul de anulare dura mult timp pentru că oamenii bisericii trebuiau să-i investigheze pe cei doi soţi. El avea convingerea că numai atunci când biserica îl va absolvi de primul său mariaj şi îl va anula, va fi liber chiar şi numai pentru a se gândi să facă sex. A recurs la programul respectiv. Executa mângâierile şi preludiul, dar când ajungea la momentul penetrării nimic nu-1 convingea să o facă.

Prin urmare, acesta era un caz clar de autoapărare morală. Penisul refuza să coopereze cu programul pentru că nu primise încă permisiunea bisericii de a-şi consuma noul mariaj.

— După încheierea programului, cu opt sau nouă săptămâni mai târziu, soţul a primit actul de anulare a primei căsătorii. Curând după aceea el şi-a consumat mariajul.

Fără să mai aştepte îndemnul nostru, Renshaw a început să ne vorbească despre ceea ce a învăţat din acest caz referitor la terapia de cuplu.

— Avem de învăţat atât de multe lucruri din acest caz, despre ceea ce înseamnă să fii împins de la spate, să fii constrâns, să spui cu gura ta „Da, vreau terapie sexuală" în timp ce penisul, în limbajul său propriu, spune „Nu! Nu sunt gata pentru asta!".

Renshaw s-a întrerupt un moment gândindu-se cât de inutil este să împingi pe cineva să facă un anumit lucru pentru care el nu este pregătit.

— A fost inutil şi fără nici un rezultat acest efort al soţiei lui de a încerca să-şi forţeze soţul şi să injecteze bietul lui penis în speranţa că el nu se va trezi din somn.

Penisul preferă să navigheze

în ciuda faptului că am avansat destul de mult în ce priveşte procedurile chimice de inducere a erecţiei, Renshaw susţine că decizia de a Ie administra trebuie luată ţinând cont de sentimentele şi nevoile reale ale oamenilor.

— Chiar dacă-ţi administrezi injecţii sau pastile de Viagra, erecţia nu se va produce dacă nu eşti cooperant. Pastilele au apărut pe piaţă la 16 aprilie 1998. Am primit atunci un telefon de la un cuplu — de fapt de la o femeie — care fusese la clinică pentru terapie sexuală cu nouă ani în urmă. Era o doamnă foarte gălăgioasă. Vorbea întruna. Soţul ei nu manifesta nici un fel de interes sexual. Cu toate acestea o iubea şi nu se gândea să divorţeze. Pentru a face sex ea trebuia să tragă de el. De fiecare dată el era prea obosit pentru asta. Spunea că a doua zi o să meargă cu iahtul aşa că va trebui să se scoale devreme. în cele din urmă ea l-a târât până la clinică.

— Cu toate că avea şaizeci şi doi de ani, soţul arăta mult mai tânăr. Avea erecţii normale şi îşi satisfăcea nevoile sexuale masturbându-se, lucru pe care nu-1 putea divulga soţiei

lui. Cel mai bun ajutor pe care l-am putut oferi acestui cuplu a fost să o învăţ pe soţie să se masturbeze şi să o încurajez să-şi ia un vibrator cu care să-şi satisfacă propriile dorinţele sexuale. Nu m-am mai gândit la ea ani de zile, până în momentul în care m-a sunat şi m-a întrebat dacă îmi mai aduc aminte de ea.

„Cum aș fi putut să te uit?" i-a spus Renshaw soției.

De fapt, singurul lucru de care își aducea aminte era că soțul ei obișnuia să navigheze pe lacul Michigan pentru a scăpa de plângerile și sâcâielile ei permanente.

„Credeți că ați putea să-i prescrieți Viagra soțului meu?" a întrebat-o femeia într-un final, dezvăluind astfel motivul pentru care o sunase.

„Cu siguranță", i-a răspuns ea pacientei, dar trebuie să vină la cabinet.

„Ei, vedeți. Mă întrebam dacă ați putea să-mi dați mie rețeta."

„îmi pare rău", a răspuns Renshaw, dându-și seama ce punea femeia la cale, „dar trebuie să-i iau tensiunea și să văd dacă este în regulă din punct de vedere medical."

„înțeleg", a spus femeia, gândindu-se la un alt mod de a-și pune planul în aplicare. „Ei bine, dacă obțin aceste pastile, credeți că aș putea să-i strecor seara câte una în cana lui cu ciocolată fierbinte."

„Nu, nu puteți să faceți asta. Nu este etic și în plus nimeni nu o să vă dea aceste pastile. Trebuie să-i fie date pacientului."

Ceea ce nu știa Renshaw era că pastilele de Viagra se puteau obține prin Internet. Nu trebuie decât să răspunzi la câteva întrebări și să plătești 50 de dolari, iar compania îți va trimite o rețetă.

Femeia a tăcut un moment după care a întrebat:

„Credeți că Medicare va plăti aceste pastile pentru că soțul meu are șaizeci și nouă de ani?"

Renshaw i-a răspuns că nu știe.

— Nu am mai știut nimic despre ea de atunci, dar sunt sigură că soțul ei încă mai navighează în loc să ia Viagra.

Variațiuni pe aceeași temă

— Cazul care m-a uimit cel mai mult a fost acela al unui cuplu de peste patruzeci de ani. Ea era profesoară și avea patruzeci și patru de ani și el era inginer și avea patruzeci și șapte de ani. Mariajul lor începuse cu douăzeci și trei de ani în urmă și rămăsese neconsumat.

Știm cu toții că acest fenomen al cuplurilor care se căsătoresc dar nu au viață sexuală este pus în discuție insuficient. Știm de asemenea că Renshaw și angajații ei văd sute de asemenea cupluri de-a lungul anilor. Cu toate acestea, părea destul de neobișnuit că acest cuplu nu reușise să aibă relații sexuale vreme de peste două decenii.

Când cuplul cu pricina a venit la clinică, Renshaw a fost curioasă să afle înainte de orice un anumit lucru.

„De ce acum?" i-a întrebat ea pe cei doi. „De ce abia după douăzeci și trei de ani v-ați gândit să vă rezolvați problema? De ce nu v-ați obișnuit pur și simplu cu situația asta?"

Soția a privit în jos după care a spus foarte încet:

„Nu am știut că există un loc ca acesta unde putem fi ajutați."

Când ne-a spus această poveste Renshaw suna trist. Sunt atât de multe cupluri care au nevoie de ajutor, iar cele mai multe dintre ele nu au nici cea mai mică idee că pot fi ajutate. Pentru mai bine de 80 la sută dintre cuplurile pe care le vede, tratamentul oferit de Renshaw are rezultate bune. Chiar și cei care nu se vindecă complet constată o îmbunătățire semnificativă a relației lor sexuale. Cu toate acestea, bugetul ei este atât de sărăcăcios încât cu greu își poate întreține clinica. Multe din companiile de asigurări nu plătesc tratamentul. Listele sale de așteptare sunt lungi,

dar cei mai mulți dintre clienți nu-și pot permite decât costuri minimale.

— înainte să ajungă la mine, acest cuplu fusese la mai mulți doctori și făcuse terapie de cuplu, dar nimeni nu a putut să-i ajute pentru că problema lor nu era de natură sexuală. Nimănui nu i-a trecut prin cap să-i întrebe măcar de ce nu

fac sex. în cazul acesta, ceea ce-i împiedica pe cei doi să aibă o relație sexuală era faptul că soției îi era teamă de durerea pe care ar putea-o avea în momentul penetrării.

Ca urmare a unor discuții liniștitoare, a câtorva săptămâni de tranchilizante și a unei creme anestezice locale pentru deschiderea vaginului> cei doi și-au putut consuma în cele din urmă mariajul. Ambii și-au exprimat regretul pentru anii de plăceri pe care îi pierduseră.

Confesiuni

Trecând în revistă cazurile de acest gen pe care le-am auzit până acum, ne-am pus întrebarea de ce există atât de multe variații ale comportamentului sexual. In cazul lui Jeffrey, de exemplu, aveam de-a face cu un individ care se atașase foarte mult de o vacă. Un alt terapeut pe care îl cunoaștem, auzind de cartea aceasta la care lucram, ne-a relatat cazul unui pacient de al său căruia îi plăcea să facă sex cu pisicile. Când a fost întrebat dacă preferă pisicile sau motanii, el a replicat indignat: „Mă luați drept homosexual?"

Pentru Renshaw, faptul că asemenea cazuri neobișnuite sunt foarte numeroase se explică, dincolo de tabuurile evidente asociate cu sexul, prin modalitățile deosebit de variate în care oamenii caută să se elibereze. Cu o seară înainte de conversația noastră, ea fusese consultată de un alt terapeut, care trata un cuplu în care soțul avea fantezii sadomasochiste care o deranjau pe soție. Cei doi nu dăduseră curs nici unuia dintre delirurile bătăușe ale soțului, astfel că problema lor provenea din vina pe care aceștia o resimțeau doar gândindu-se la aceste lucruri.

— De atât de multe ori terapeuții vin în întâmpinarea nevoii de confesiune a oamenilor. Adeseori glumesc cu pacienții mei spunându-le că am un guler de preot în sertarul de jos al biroului pe care am să mi-1 pun în momentul în care vor începe să se confeseze. Ținând în tine secretele nu faci decât să-ți sporești anxietatea. Oamenii au nevoie să vorbească cu cine-

va despre problemele lor, iar terapeutul poate să îndeplinească un asemenea rol.

Renshaw a ilustrat acest punct de vedere relatându-ne un caz pe care ea îl tratase cu douăzeci și cinci de ani în urmă.

— E vorba de doi părinți care au venit la mine împreună cu fiica lor de șaisprezece ani — o fata înaltă și tot atât de so-ciopată pe cât putuse să facă Dumnezeu pe cineva. Era la liceu, iar în timpul liber lucra pe undeva. La un moment dat a început să se plictisească de munca ei, așa că într-o bună zi a sărit într-un autobuz care mergea la aeroportul O'Hare. Era în toiul iernii. Ajunsă acolo s-a dus până la poarta pentru United Airlines și a luat un tichet de îmbarcare. Acest lucru se întâmpla pe vremea când securitatea aeroportului nu era ceea ce este astăzi.

Renshaw părea întrucâtva amuzată de această întâmplare. Chiar dacă imoralitatea comportamentului fetei o indigna, găsea totodată ceva nostim în îndrăzneala de care aceasta dăduse dovadă. în cele din urmă, fata a ajuns la Honolulu unde, cu ultimii ei dolari, a luat autobuzul către plajă. Acolo a furat portofelele de sub prosoapele celor care stăteau la plajă, după care s-a dus la cumpărături folosind cărțile de credit pe care le găsise în portofele.

în cele din urmă tânăra fată s-a plictisit de Hawaii, așa că și-a pus în gând să facă o escapadă în California. în timp ce încerca să facă uz de cărțile de credit furate pentru a cumpăra un bilet de avion, a fost prinsă de autorități și băgată la închisoare. Aflând despre cele întâmplate, tatăl ei a luat avionul până în Hawaii, a scos-o pe fiica sa din închisoare și a adus-o acasă. Aici, a decis să-și ducă odrasla la Clinica Loyola pentru a vedea ce se petrecea cu ea.

— Mama era cu aproape o palmă mai înaltă decât tatăl. Acesta era un om foarte drăguț și pașnic în vreme ce soția lui era o femeie autoritară, arogantă și veșnic furioasă. Veniseră împreună la clinică. Am fost supervizorul rezidentului pe care l-au consultat. întâmplarea a făcut ca acesta să fie un preot care se specializa în psihiatrie. Atunci când a consultat-o pe fată era îmbrăcat în haine civile. în opinia lui fata era sociopată. El

le-a spus părinților că fata lor nu avea nevoie de spitalizare. Ea avea nevoie doar de terapie. Și înainte de toate, avea nevoie de limite.

Auzind acestea, mama s-a ridicat în picioare și a spus foarte furioasă: „Fata mea nu are nevoie de psihiatru ci de un preot catolic!", după care cei trei au ieșit ca o furtună din birou.

După aceea, Renshaw l-a supervizat pe terapeut și l-a întrebat de ce nu s-a așezat pur și simplu jos, punându-și gulerul și spunând acelei familii ca el era preot. Ce-i drept, avusese de-a face cu o situație la care cu siguranță că nu s-ar fi așteptat niciodată. El a explicat că a fost atât de șocat de plecarea rapidă a mamei încât a uitat cine era și cu ce se ocupa în timpul cât nu era la clinică.

Capitolul safte

r

Violet Oaklander

Terapie cu un șarpe rozător și cu o șopârlă cu corn

f \ fiolet Oaklander este una dintre figurile importante din

Vfj domeniul terapiei copiilor. Ea este cunoscută în primul ▼ rând pentru modul creativ în care se folosește de jocuri, păpuși, muzică și povești pentru a-i ajuta pe copiii cu probleme. Cartea sa, Windows to Our Children (Ferestre pentru copiii noștri), este considerată una dintre sursele standard pentru lucru cu copii și adolescenți, în special de către aceia care urmează o abordare experimentală gestaltistă. De-a lungul carierei sale, Oaklander a dezvoltat și a prezentat metode foarte eficiente pentru a trata probleme precum hiperactivitate, traume infantile, timiditate excesivă, autism

și agresivitate.

în prezent, Violet pregătește terapeuți din lumea întreagă pentru a lucra cu copiii și adolescenții și este profesor adjunct la Institutul Universitar Pacifica situat în apropiere de Santa Barbara, California, unde ea s-a stabilit.

Oaklander nu știa despre acest băiat decât că este periculos. în noaptea din ajun mama lui sunase înnebunită pentru că fiul ei de paisprezece ani o alergase prin toată casa cu un cuțit în mână. îi fusese teamă că o s-o omoare.

-— A mai făcut ceva de genul acesta înainte? a întrebat Violet, temându-se pentru propria ei siguranță și în același timp întrebându-se dacă era într-adevăr persoana potrivită pentru a discuta cu acest băiat.

— Nu, a recunoscut mama lui, niciodată nu s-a mai întâmplat așa ceva. E adevărat că uneori se înfurie foarte tare pe soțul meu, tatăl lui vitreg. Când ați putea să-l vedeți?

Prima impresie

Cei de la clinică i-au programat chiar în următoarea zi. Odată ajunși, Oaklander a ieșit să-i întâmpine pe tânăr și pe mama lui, oarecum temătoare față de adolescentul despre care aflase că mânuia cuțitul și că era un potențial violent. în sala de așteptare se afla un băiat subțirel, care zâmbea. Avea un șarpe uriaș înfășurat în jurul gâtului. La vederea lui Violet a scos un țipăt de spaimă.

„Doamne, Dumnezeule!" a strigat ea, „ce mai e și asta?"

„Este un șarpe", a spus băiatul cu mândrie, după care i-a apucat capul și l-a îndreptat în direcția ei. Șarpele și-a scos limba lungă și subțire cu care a început să plesnească aerul. „Vreți să-l țineți?"

„Nu, mulțumesc."

Șarpele era imens — avea peste un metru lungime, o culoare maro murdar și pete pe tot corpul. Sigur nu o fi fost otrăvitor? Oare l-ar fi lăsat mama lui să meargă peste tot cu un șarpe otrăvitor? Apoi își aduse aminte că el o amenințase pe aceasta cu un cuțit. în acel moment și-a dat seama că mama lui era acolo; a făcut cunoștință cu ea și și-au strâns mâinile. Aceasta zâmbea amabil fără să pară câtuși de puțin deranjată de prezența șarpelui.

Oaklander a făcut tot posibilul să pară cât mai liniștită, după care i-a condus în biroul ei. După ce s-au așezat confortabil sau cel puțin pe cât de confortabil se putea având în vedere faptul că o reptilă care arăta periculos se țâra pe umerii clientului său, ea l-a întrebat pe băiat cum îl cheamă.

„Gregory", a răspuns el vesel.

„Și pe prietenul tău de acolo?" a spus ea arătând în direcția chestiei de culoare maro care îi încolăcea trupul firav.

„O, el este doar Șarpele. Nu are un nume."

„înțeleg."

„Vreți să-l țineți?" a întrebat-o el din nou.

„Nu, nu, e în regulă." Arătarea aceea nenorocită avea o limbă enormă. Părea destul de lungă ca să ajungă până la ea în caz că i-ar fi trecut prin cap așa ceva. „în plus", a adăugat ea, „nu știu cum se ține un șarpe."

„O", a asigurat-o Gregory, „nu aveți de ce să vă fie frică. Nu vă face nimic. Este doar un șarpe rozător."

„Asta înseamnă că nu este otrăvitor?" l-a întrebat ea, apoi s-a uitat la mama lui pentru a-i confirma acest lucru. Mama lui Gregory a zâmbit și a dat din cap în semn de aprobare.

„Nuu, el mănâncă doar iepuri, popândăi și alte animale de genul ăsta. Le stoarce de sânge până ce mor."

Ultima remarcă nu prea a avut darul să o liniștească pe Violet. Cu toate acestea, era mândră de priceperea — ca și de bunăvoința — de care dădea dovadă în a se apropia de copii indiferent de situația lor. Despre acest băiat cu greu se putea spune că este violent — părea mai degrabă pașnic și lipsit de apărare — dar niciodată nu poți să știi ce se ascunde în spatele unor astfel de impresii. Violet nu avea fobie de șerpi, dar nici nu-i plăceau. în ciuda a ceea ce îi spunea rațiunea, ea s-a întins către șarpe și l-a atins, ferindu-se cât putea de gura lui. Era mai neted decât crezuse ea. Gregory era încântat.

„îi place să fie atins", spuse el.

Un tratament silențios

Oaklander a încercat să-l angajeze pe Gregory într-o discuție, dar acesta nu răspundea la întrebări și în general nu prea avea chef să vorbească. Nu făcea decât să stea acolo, cu un zâmbet pe față, ținându-și șarpele pe care din când în când îl așeza ba pe umeri, ba în brațele sale.

„Gregory, tu știi de ce te afli aici?“ l-a întrebat Oakiander.

El și-a ferit privirea.

Violet s-a întors către mama Iui.

„Ați putea să-mi spuneți ce v-a determinat să-l aduceți pe Gregory aici? In felul acesta o să afle și el că eu știu ce s-a întâmplat."

„Ei bine", a început ea timid, „ieri Gregory a fugit după mine cu un cuțit, iar acest lucru m-a speriat. Dar nu cred că intenționa să mă rănească", a adăugat ea vehement.

Gregory s-a uitat zâmbind la mama lui.

„Gregory", i-a spus Violet, „te superi dacă îți pun câteva întrebări?"

A dat din umeri.

„Mă întreb dacă dormi bine noaptea. Ai cumva coşmaruri?"

Gregory a privit-o zâmbind în timp ce își mângâia şarpele.

„Ce poți să-mi spui despre pofta ta de mâncare? Ce îți place să mănânci?"

„Șerpilor le place să mănânce șoareci. Și păsări."

„Drăguț. Dar ce poți să-mi spui despre tine. Ție ce îți place să mănânci?"

A dat din umeri.

Lucrul acesta era foarte ciudat. într-un anume fel, Gregory se comporta aproape ca un autist — imobil și fără să reacționeze. Singurul lucru care părea să-i stârnească interesul era orice fel de conversație care avea legătură cu şarpele.

Oakiander și-a examinat foarte atent clientul. Deși avea paisprezece ani, era foarte firav. Avea un păr blond cârlionțat. Și cu toate că nu vorbea, mulțumindu-se să dea din cap și din umeri, el a rămas zâmbitor pe parcursul întregii ședințe. în această situație, Oakiander i-a adresat mamei lui întrebările care se pun de obicei la prima ședință. Dacă avea frați sau surori (nu), despre școală (o ura), dacă avea prieteni (nu avea nici unul), despre tatăl său adevărat (i-a părăsit când Gregory avea trei ani, iar de atunci nu a mai avut nici un semn de la el), despre relația cu tatăl său vitreg (îl ura) și despre evo-

luția lui din copilărie (normală până la vârsta de patru ani). Mama lui Gregory a răspuns pe scurt și răspicat la fiecare întrebare cu excepția celor referitoare Ia relația dintre soțul ei și Gregory unde răspunsurile ei au fost ceva mai elaborate. Ea a recunoscut că soțul ei era extrem de intolerant cu băiatul și că îl agresa verbal iar uneori era chiar nevoită să intervină pentru ca acesta să nu-1 lovească. Pe parcursul acestei conversații, Gregory nu a reacționat în vreun fel deosebit; stătea pe scaun și își mângâia şarpele. Oakiander s-a gândit cum ar fi dacă s-ar întâlni doar cu el — mă rog, asta dacă nu includem și şarpele.

La următoarea ședință, programată doar cu Gregory, acesta a venit din nou cu tovarășul lui. Oakiander s-a gândit să-i ceară să-și lase şarpele acasă, dar instinctul îi spunea că acesta nu ar fi cel mai potrivit mod pentru a începe o relație bună cu el; mai degrabă în felul ăsta îl va obliga să se despartă de singura persoană... mă rog, reptilă — de care se simțea apropiat.

Gregory stătea pe scaun alintându-și ca de obicei şarpele, dar altfel era complet rupt de lume. Nu se uita la Violet și nici nu era atent la ce spunea ea. Se comporta de parcă ar fi fost singur în cameră.

„Mama ta mi-a spus că nu te simțeai prea bine la școală și mă întrebam dacă ai putea să-mi zici câte ceva despre acest lucru."

Nici un răspuns. Nici o reacție. Părea că nu o auzise. Nimic altceva decât mângâiatul ritmic al şarpelui.

„Văd că ești foarte preocupat de şarpele tău."

De fiecare dată când Violet menționa şarpele, Gregory revenea cu picioarele pe pământ. Oakiander și-a dat seama că singurul subiect care l-ar interesa și l-ar pune în contact cu ea ar fi fost să discute despre şarpe. El ignora complet toate celelalte subiecte sau încercări din partea ei de a vorbi cu el.

Nu manifesta nici un fel de interes față de lucrurile din cameră: jocurile de pe rafturi, lucrările de artă, un coș cu instrumente pentru percuție, tobe, păpuși, tava cu nisip. Până în acel moment el nici măcar nu aruncase o privire în

direcția lor.

„Și unde l-ai întâlnit pe prietenul tău?"

„In deșert, în spatele casei noastre."

„Așa deci. Și unde îl ții pe Șarpe?"

„I-am luat o cușcă. Acolo stă el."

Atâta vreme cât Oaklander se rezuma să discute despre șarpe, Gregory se arăta cooperant chiar dacă răspunsurile lui erau laconice. în momentul în care ea încerca să discute despre orice altceva, Gregory dispărea pur și simplu din peisaj. Astfel, Violet a aflat o mulțime de lucruri în timpul celei de a doua ședințe — dar toate se refereau la Șarpe. Ea a aflat că acestuia îi plăcea cel mai mult să mănânce șoareci și că Gregory trebuia să depună eforturi considerabile ca să-i prindă pentru el. în fond a fost impresionată de cât de multe lucruri știa el despre șerpi.

Jocul în nisip

Exact în momentul în care Oaklander se gândea că făcuse oarecare progrese, Gregory și-a făcut apariția la cea de a treia ședință cu o geantă plină cu șerpi. Asta nu era bine deloc.

în acea săptămână, mama lui Gregory îi dăduse telefon pentru a-i aduce la cunoștință că niște copii îl bătuseră la școală. El a refuzat să se mai ducă acolo pentru că profesoara nu i-ar fi dat voie să vină cu șerpii. Oaklander a realizat astfel cât de important fusese faptul că ea îi permisese lui Gregory să vină cu ei la ședințe, chiar și cu geanta aceea plină ochi cu creaturi șerpuitoare care începuseră să foșnească pe podea.

Mai mult decât atât, Oaklander a scos un aparat Polaroid și s-a oferit să-i facă poze lui Gregory împreună cu șerpii lui. După aceea le-a pus pe un panou pe care îl atârna pe perete înainte de fiecare ședință. De fiecare dată când venea, el se ducea imediat să se uite la pozele făcute la ședința anterioară.

„Aici este Lady", arăta el. „Ea este regina șerpilor mei. Iar aici este Tyrone, celălalt șarpe rozător. Cred că este vărul Șarpelui."

El insistă ca Violet să scrie numele acestea în dreptul fiecărei fotografii, iar dedesubt să adauge „Proprietatea lui Gregory".

Gregory era atras de fotografiat și se implica foarte mult. Când Oaklander i-a adus aminte de incidentul cu bătaia, energia iui s-a dizolvat iar el a „dispărut" pur și simplu. Ea s-a întors imediat la discuția despre fotografiile cu șerpi, iar el a început să devină iarăși ceva mai vioi. La cea de a patra ședință, Gregory a venit cu un șarpe nou, de un fel pe care Oaklander nu-1 mai văzuse niciodată.

„Pot să-l pun în cutia cu nisip?" a întrebat-o el. „îi place nisipul pentru că vine din deșert."

„Nu, Gregory, mă tem că nu poți să faci asta. Nu este o cutie cu nisip adevărată. Se numește tavă de nisip." Era o cutie de lemn de aproximativ jumătate de metru pe un metru, așezată pe o măsuță. Era umplută cu nisip alb, pur, iar pe un raft deasupra ei se aflau tot felul de obiecte în miniatură: copaci, case, oameni, lucruri simbolice precum stele, cruci, monștri, animale, figurine, scoici, pietre și alte asemenea.

„La ce folosește?"

„Ei bine, copiii ca și adulții construiesc tot felul de scene pe nisip folosind oricare dintre obiectele de pe rafturi. Ei povestesc despre aceste scene iar uneori eu le cer să pretindă că sunt unele dintre acele figurine și să-mi spună cum se simt. Sau ei reprezintă un vis pe care l-au avut sau un loc sigur pe care ei și l-ar dori să-l aibă, și tot așa."

Pentru prima dată, Gregory a manifestat un real interes pentru altceva decât șerpii săi. El s-a așezat pe un scaun, în fața tăvii, și a început să aranjeze o grămadă de soldați, un tanc și o piatră mare. în acea zi adusese cu el o

broscuță râioa-șă, Myra, și bineînțeles un șarpe nou. A întrebat-o pe Violet dacă poate să pună măcar broscuța în vârful pietrei.

„Nu am să pun șarpele pe ea, dar broasca nu va mișca piatra. O să am grijă ca ea să nu facă asta", a spus el.

Părea ceva inofensiv, așa că Oaklander i-a dat voie lui Gregory să o pună pe piatră. Lucrul acesta părea să aibă o importanță deosebită pentru el. Pe rafturi se mai găsea un șarpe de

jucărie, pe care tânărul l-a introdus bineînțeles imediat în scenă. Cât timp a aranjat aceste obiecte el nu a vorbit deloc fiind foarte absorbit de ceea ce făcea. Jocul acesta părea să-i placă foarte mult. Broasca se uita foarte atent dar, așa cum promisese el, nu și-a părăsit locul.

„Vrei să-mi povestești despre scena ta de pe nisip?"

Gregory a ignorat-o continuând să-și aranjeze lucrurile după placul său. El a pus câțiva soldați, morți, să stea cu fața în sus. Deși era uimită de scena de război și de broasca ce stătea pe piatră, Violet nu-și putea imagina ce însemnau ele.

„Broasca ta este pusă bine la adăpost pe piatră, departe de violență. Mă întreb dacă Myra se simte în siguranță."

„Uuuh!"

„Pariez că și tu vrei să te poți simți în siguranță uneori."

Acesta a fost singurul comentariu pe care l-a făcut. Când timpul a expirat, el și-a luat șarpele, a pus-o pe Myra în buzunar și a ieșit din birou fără măcar să-și ia la revedere.

Terapia șarpelui

în următoarea săptămână, Oaklander a făcut cunoștință cu un nou prieten, Bert. Era un popândău, o creatură care arăta înspăimântător și căreia îi crescuseră coarne pe cap, chiar deasupra ochilor. Părea un animal periculos, cu șiruri de țepi pe spate ca o armură și care se uita în jur suspicios ca și când nu prea ar fi vrut să stea pe acolo.

Oaklander și-a făcut datoria și i-a fotografiat pe Bert și Gregory împreună, așa ca de fiecare dată. Pe spatele ei, băiatul a scris cu grijă „Bert, proprietatea lui Gregory".

Trecuse destul de mult timp de când se întâlneau, dar Gregory continua să nu vorbească cu Oaklander despre problemele pe care le avea în familie și la școlă. Ei nu puteau să discute decât despre șerpi sau despre Bert, caz în care el oferea răspunsuri scurte referitoare la locul unde i-a găsit sau la mâncarea lor preferată. Cel puțin, Violet reușise să-și depășească într-o oarecare măsură aversiunea față de reptile, ast-

fel că acum putea să țină un șarpe în mână, fără să se mai teamă. De fapt, în timpul unei ședințe, ei au construit o cursă cu obstacole în jurul camerei folosind jucării și cuburi, după care fiecare a luat câte un șarpe și i-au pus la întrecere de la un capăt la altul al încăperii. Violet nu era sigură dacă băiatul era ceva mai bine acum, dar în schimb avea certitudinea că ei începuseră să-i placă întâlnirile lor mai degrabă neobișnuite. Uneori stăteau amândoi pe podea privind la șerpii care se târau prin cameră prin tunelele pe care Gregory le construise din cuburi.

într-o bună zi, ei i-a venit în minte o idee. în loc să vorbească cu Gregory, lucru care se dovedise extrem de dificil, ea și-a dat seama că ajunsese să aibă relații destul de bune Cu Șarpele, cu Lady sau cu Tyrone pentru a putea să li se adreseze lor direct. S-a uitat mai întâi la Gregory, apoi a Spus:

' „Aș vrea să-ți imaginezi că poți vorbi pentru prietenii tăi și că ei la rândul lor pot vorbi și pot spune unele lucruri pe care tu ai vrea să le spui. Poți să faci asta? Vreau foarte mult să vorbesc cu ei!"

Gregory a dat prudent din cap nefiind însă prea sigur la ceea ce se angaja.

; . „Bine", a spus ea pe un ton prin care voia să-i arate că tocmai încheiaseră un fel de înțelegere. Apoi s-a uitat la șarpele rozător care se țâra pe podea; numele lui era Unu.

„Hei, șarpe Unu, ce faci azi?"

„Bine", a răspuns Gregory pentru prietenul său, făcându-și astfel intrarea în joc.

„Ai prieteni, domnule Șarpe?"

„Sigur. O mulțime", a răspuns Gregory concentrându-se serios asupra a ceea ce avea să spună.

„Și ce faceți voi împreună?"

„O, prindem șoareci, stăm la soare, tot felul de lucruri din astea."

Și astfel ședințele au luat o turnură nouă.

„Hei, Șarpe", spunea Violet, „te simți singur uneori? Cred că este foarte trist să stai singur într-o cușcă."

„Da", răspundea Gregory în numele șarpelui, „chiar că mă simt singur. In timpul zilei când Gregory este la școală nu prea am ce să fac. Nu am prieteni cu care să mă joc."

„Dar tu, Gregory? Te simți și tu la fel de singur?"

O încuviințare din cap. O mișcare abia schițată dar care fusese totuși prezentă.

„Așadar, Șarpe, nu simți uneori că o iei razna?"

„Mda, o mulțime de lucruri mă fac să o iau razna."

Lucrurile mergeau foarte încet. Din când în când, apărea câte un mic progres. Cu foarte multă răbdare și după nesfârșite conversații cu șerpii, popândăii și uneori chiar cu broasca râioasă, Gregory a devenit interesat și de alte lucruri în afară de reptilele sale. Pe lângă fotografiile sale de pe pereți, a început să observe și alte lucruri din birou. Oaklander adusese la un moment dat o găleată de acasă pe care a umplut-o cu nisip; în felul acesta, Gregory avea un loc în care să-și pună prietenii așa că el și Oaklander puteau să vorbească liniștiți. Se jucau cu tava cu nisip. De câteva ori au făcut figurine din plastilină. Au jucat o serie de jocuri. Uneori el devenea agitat și punea capăt preocupărilor lor, după care mergea direct la găleata cu șerpi.

„Bănuiesc că s-a întâmplat ceva care te-a supărat, dar știu că nu vrei să vorbești despre asta. E în regulă dacă nu vrei să-mi spui."

Oaklander zise asta pe un ton împăciuitor, lăsându-1 să înțeleagă că ea îi înțelege reținerea. Apoi au început să comunice din nou prin intermediul șerpilor.

„Ai familie?" a întrebat ea șarpele.

„Da."

„Frați, surori?"

„Nu."

„Mamă?"

„Nu."

„Tată?"

„Nu."

„Dar tată vitreg?" Acesta fusese menționat destul de rar în conversațiile lor. Ea trebuia să îl introducă însă și pe el.

Gregory a ezitat un moment, după care a încuviințat din cap.

„Așadar, ai un tată vitreg?" l-a întrebat ea pe șarpe.

O ușoară încuviințare din cap.

„Ei bine, cum te înțelegi cu el?"

„îl urăsc. îl urăsc."

„Doamne, trebuie să-ți fie foarte greu să stai cu cineva de care nu-ți prea place."

în cele din urmă, Gregory a început să vorbească despre tatăl lui vitreg, dar de fiecare dată când făcea acest lucru, se mulțumea să spună cât de mult îl disprețuiește. Oaklander era curioasă să afle de ce îl urăște Gregory atât de mult, așa că a invitat-o din nou pe mama lui la cabinet. Se pare că soțul ei nu suporta să stea în preajma acestui copil ciudat care umbla mereu drapat în șerpi și popândăi.

Odată, Gregory i-a spus lui Violet:

„întotdeauna ai încercat să mă faci să desenez așa că acum am să desenez ceva. Dar nu ai voie să te uiți până ce nu-ți spun eu."

Oaklander a fost încântată să audă asta. Un timp, el a desenat, după care i-a spus:

„E în regulă, acum poți să te uiți."

A pus o foaie de hârtie peste desenul lui astfel încât să nu se vadă decât jumătate din acesta, apoi a întrebat-o dacă își dă seama despre ce e vorba.

„Știu eu ce să zic, pare a fi un cățel lățos cu urechi foarte mari."

Gregory a luat foaia de hârtie de pe desen. Acum se putea vedea clar că desenul reprezenta o femeie dezbrăcată. Era foarte încântat de desenul lui și i-a mărturisit lui Violet că un băiat din vecini îl învățase cum să-l facă. Acesta fiind singurul lucru mai apropiat de vârsta lui pe care-1 făcuse de când începuseră să se întâlnească, Violet a considerat că desenul reprezintă un progres uriaș. Au discutat un timp despre acest „truc" și, ca din întâmplare, Violet l-a întrebat dacă are o prietenă.

„Păi, la școală este o fată care îmi place. Este drăguță cu mine. Dar bănuiesc că nu se poate spune că este prietena mea."

A zâmbit timid.

Dispărut din senin

Trecuse aproape un an și jumătate, timp în care ei s-au întâlnit săptămânal. După fiecare patru până la șase întâlniri, mama li se alătura la o ședință, dar de fiecare dată când venea Gregory refuza să stea lângă ele pe scaun. își punea niște perne una peste alta și se ascundea în spatele lor.

„Ei bine, cum mai merg lucrurile?" a întrebat-o Oakiander pe mamă la una din ședințele lor comune. Aceasta a început să plângă apoi s-a repezit la geantă pentru a-și scoate o batistă.

„Ce se întâmplă? E ceva în neregulă?" Oakiander a început să se alarmeze gândindu-se că cine știe ce lucruri

groaznice se întâmplaseră — poate avusese loc încă o vânătoare cu cuțitul.

„Nu, nimic", a răspuns mama în timp ce-și ștergea nasul, în acel moment Violet l-a văzut pe Gregory ieșind dintre

perne și uitându-se îngrijorat la mama lui.

„Văd că plângeți", a spus Oakiander.

„E doar... e că... aseară s-a întâmplat un lucru minunat."

Dintr-o dată un zâmbet victorios i-a luminat fața. Violet a răsuflat ușurată.

„Cum adică?"

„Ei bine, astă-noapte, Greg a venit la mine și m-a îmbrățișat. Mi-a spus că mă iubește. Nu a mai făcut niciodată așa ceva."

Dintre perne s-a ivit capul lui Gregory, iar Oakiander a putut să observe un zâmbet larg care-1 inunda. El încerca să-l ascundă, dar zâmbetul lui era pur și simplu prea mare.

Acesta este punctul în care s-ar putea spune că povestea ajunsese la acel final satisfăcător, după care fiecare din protagoniști a trăit fericit. Mama lui Gregory s-a hotărât să divor-

țeze. Acest lucru i-a creat dificultăți financiare care au forțat-o să se mute într-un alt stat pentru a locui cu familia ei. Din acel moment, ea a dispărut împreună cu fiul ei.

Gregory și terapeutul lui au avut o ultimă ședință. La această întâlnire, el s-a concentrat în cea mai mare parte a timpului asupra șarpelui pe care îl adusese cu el, cel pe care Oakiander l-a recunoscut ca fiind primul din seria celor pe care-i cunoscuse. Emoționată, ea și-a luat la revedere de la Gregory și de la șarpele său, spunându-le cât de dragi îi erau și că o să-i fie dor de ei. De data aceasta însă nici unul dintre ei nu i-a răspuns.

— Pentru mine, aceasta a fost o experiență bizară, a mărturisit Oakiander. Am lucrat din greu împreună și pentru o perioadă foarte lungă de timp. Cu toate acestea nu am aflat niciodată cum s-a încheiat această poveste. Pur și simplu s-a terminat brusc. Nici măcar nu am aflat cum a ajuns Gregory să se înfurie atât de tare încât să o alerge pe mama lui cu cuțitul. Presupun că era terorizat fizic și emoțional de către tatăl lui vitreg, dar nu am reușit să verific lucrul acesta. Au fost atâtea lucruri pe care nu am reușit să le discut cu el și mult mai multe de care nu am aflat niciodată.

Dacă acest lucru vi se pare frustrant, imaginați-vă cât de greu trebuie să fi fost pentru Violet care investise în această relație atât de mult timp și energie și chiar a învățat să țină șerpi fără să se teamă.

Violet încă mai are fotografiile Polaroid cu Gregory stând mândru în picioare lângă Șarpe, Lady, Unu, Tyrone și toți ceilalți. Ea poate citi cuvintele pe care acesta le-a scris pe marginea albă a fiecăreia: "Proprietatea lui Gregory". Din când în când, ea scoate fotografiile și le privește atent, întrebându-se ce face oare Gregory. îi place să își închipuie că în cele din urmă și-a găsit propria lui voce și că nu mai trebuie să comunice prin intermediul reptilelor lui.

Violet speră ca într-o bună zi să aibă vești de la ei sau cel puțin să primească un telefon de la un alt terapeut aflat în căutare de informații despre acest caz, dar telefonul se lasă așteptat. Iar Violet a rămas cu nedumeririle ei.

Capitolul opt

Harville Hendrix

Cum să scapi de vechituri

arville Hendrix este fondatorul Terapiei Imago de Relație, o abordare a lucrului cu cuplurile care combină pregătirea sa spiritualo-religioasă din tinerețe cu

elementele care contribuie la dezvoltarea relațiilor și a comunicării. Această metodă unică a fost prezentată într-o serie de cărți: Getting the Love You Want: A Guide for Couples (Cum să obții dragostea pe care ți-o dorești: Un ghid pentru cupluri); Giving the Love That Heals: A Guide for Parents (Cum să oferi dragostea care vindecă: Un ghid pentru părinți); Keeping the Love You Find: A Guide for Singles (Cum să păstrezi dragostea pe care ai găsit-o: Un ghid pentru cei singuri) și The Couples' Companion (îndrumar pentru cupluri), care conțin o serie de exerciții și activități ce fac parte din programul lui pentru o „căsnicie angajată".

Hendrix spune despre sine că este un newyorkez care doarme în New Jersey. El și soția lui, Helen LaKelly Hunt, nu numai că au colaborat în cadrul Institutului Imago precum și la scrierea unor cărți, ci au făcut și șase copii.

Cu câțiva ani în urmă, Hendrix și soția lui au făcut o emisiune pentru televiziunea publică bazată pe best-seller-urile

lor. Se numea Cum să obții dragostea pe care ți-o dorești și a fost prezentată și susținută de către Oprah Winfrey, care i-a făcut de asemenea reclamă și în cadrul show-ului ei. Ca urmare, această emisiune a avut o audiență foarte mare, mulți dintre telespectatori contactându-1 apoi pe Hendrix pentru a-i cere sfatul în legătură cu problemele pe care le aveau în căsnicie. Printre aceștia s-au numărat Fred și Greta, care i-au solicitat lui Hendrix o consultație de urgență. Aceasta este povestea a ceea ce s-a întâmplat.

Show-ul lui Oprah

Fred și soția lui, Greta, stau în sufragerie și se uită la Oprah Winfrey Show.

— Il vezi pe tipul ăla? a întrebat-o Fred pe soția lui.

— Mda, a răspuns ea, și ce-i cu asta?

Greta provenea din Ungaria, dintr-o familie de țărani și vorbea cu un accent puternic. Se certa tot timpul, mai ales cu soțul ei. Cei doi se cunoscuseră pe vremea când Fred se afla la o conferință care se ținea într-un loc foarte aproape de casa ei. Era profesor la o școală particulară de elită. Deși era american, Fred adoptase felul de a vorbi și manierele britanice. Greta, care avea aceeași profesie, îl întâlnise pe viitorul ei soț la conferință. De la căsătoria lor trecuseră mai bine de treizeci de ani.

— Ei bine, a răspuns Fred, mă gândeam dacă tipul ăsta nu ne-ar putea ajuta.

— Uită-te la el! Uită-te la el! Ce naiba crezi că ar putea să facă? Nu este decât unul dintre șarlatanii ăia. Avem și noi indivizi din ăștia în Ungaria. Poți să spui ce vrei despre cei de la guvernare, dar ei nu ar permite niciodată ca asemenea șarlatani să apară la televizor. în Ungaria, unul ca el ar sfârși-o în închisoare. Ar...

— Uite ce e, Greta, nu am vrut să spun decât că el este expert în probleme maritale. Nu vezi? Este la Oprah, pentru Dumnezeu! Ea nu ar aduce pe oricine la show-ul ei. Poate că ar putea să ne ajute. Până acum nimic altceva nu a mers.

— Ha!

— Ce înseamnă asta, Greta?

— Am spus, ha!

Fred s-a mulțumit să dea din cap. Era un domn cu o înfățișare distinsă, foarte potrivit pentru meseria de profesor și foarte obișnuit cu toanele soției sale. Pe parcursul celor două ore, cât a durat show-ul, cei doi nu au mai vorbit aproape deloc. Hendrix a prezentat diferite metode pe care cuplurile pot să le învețe pentru a reuși să comunice mult mai eficient și să dea dovadă de mai mult respect și afecțiune. Cei doi soți au fost foarte atenți în special când Hendrix a vorbit despre mânie, acesta fiind un sentiment atât de evident în relația lor.

— Uite, a încercat din nou Fred, poate ar trebui să-l vedem pe acest tip.

Spunea aceste lucruri cu vocea din ce în ce mai sfârșită a unui om care este convins că nu mai există nici o speranță.

— Ha, a spus Greta pentru a treia oară, dar de data aceasta cu mai puțină vehemență.

Greta era o femeie micuță dar plină de energie. Avea părul negru, cârlionțat, prins într-un coc. Purta ochelari cu rame metalice, subțiri care îi încadrau fața plină de riduri. Era foarte subțirică, neaducând deloc cu o țărancă unguroaică tipică.

— Ei, a continuat Greta după o pauză lungă, urmărindu-1 pe Hendrix cum lucra cu un cuplu. Părea să fie un tip amabil. Avea o voce minunată, cu o rezonanță aparte. Nu știu dacă există ceva care ar putea să ne ajute, în special pe tine. Dar sunt de acord că trebuie să facem ceva.

Era același gen de conversație pe care îl aveau de când se căsătoriseră. Cel puțin amândoi erau de acord cu un lucru, și anume că mariajul lor era jalnic și că așa fusese întotdeauna. Cu toate acestea, exista ceva de natură emoțională care îi ținea împreună. Și mai era de asemenea respectul pe care și-l purtau reciproc pentru capacitățile lor profesionale.

— Bine atunci, a spus Fred fără a-și mai continua gândul până la capăt.

Nu prea știa cum să continue această conversație fără ca să se ajungă la o nouă ceartă. Cea mai mare parte a carierei sale, Fred fusese profesor și pentru el un comportament adecvat valora mai mult decât orice altceva. El se îmbrăca chiar și acasă în costumele lui de lână șifonate, cămăși albe și cravate cu dungi.

în vreme ce Greta era uneori agresivă și certăreață, stilul lui Fred era mai degrabă pasiv-agresiv, el rezista soției lui fără să i se opună direct adoptând o tactică mai ocolită. După ani de lupte, fiecare dintre ei se adaptase la stilul celuilalt în așa fel încât puteau să-și continue conflictul la nesfârșit.

Invazia germană

Greta a crescut într-un sat mic din Ungaria, în timpul celui de-al doilea război mondial. Ea avea amintiri foarte vii despre trupele germane care mărșăluiau prin sate — ea și familia ei fiind nevoiți să se ascundă în pivniță pentru a evita să dea ochii cu ele. Săptămâni de zile au trebuit să se descurce cu foarte puțină mâncare și apă. Era atât de frig încât au trebuit să pună pe foc bălegar de cal pentru a se încălzi. în cele din urmă, au fost nevoiți să mănânce calul, pierzându-și astfel și singura sursă de combustibil pentru încălzire.

Mama Grefei a fost cea care a reușit să țină familia unită și în siguranță. De câte ori apăreau soldați inamici, ea își aduna familia și se ascundeau la subsol unde rodeau cartofi putreziți și beau apa pe care o găseau în jgheaburi.

După ce nemții se retrăgeau din zonă, membrii familiei se puteau întoarce la viața lor grea, încercând să o ducă de azi pe mâine într-o țară devastată de război. La un moment dat, au venit trupele aliate și i-au pus pe fugă pe germani. Din păcate și acestea s-au dovedit la fel de periculoase și de imprevizibile ca și cele inamice. Această viață, trăită în teroare, a durat ani de zile. în parte ea explică de ce Greta era atât de irascibilă și de pătimașă.

Terapia începe

Când Fred și Greta și-au făcut apariția în biroul lui Hendrix, cei doi aveau foarte puține speranțe în ce privește îmbunătățirea situației lor. Fred a fost cel care a intrat primul, distins și blând ca întotdeauna. Greta se împingea în spatele lui să intre. Avea o privire supărată, sfidătoare.

— Unde să mă așez? a lătrat ea la Hendrix înainte ca acesta să apuce să se prezinte.

— Va las pe amândoi să vă decideți unde vreți să vă așezați, a răspuns Hendrix, curios să vadă unde și cum se vor așeza. Eu am să stau pe acest scaun, iar voi puteți să luați orice scaun doriți.

— Tu stai acolo, i-a poruncit ea soțului ei, iar eu am să iau acest scaun.

Ei se așezaseră exact cum stăteau acasă: Greta în stânga, iar Fred în dreapta,

— Așadar, i-a întrebat Hendrix pe cei doi, cu ce vă pot fi de ajutor?

Greta și-a încrucișat brațele și l-a privit pe soțul ei ca și când ar fi vrut să-i spună: „Tu ne-ai târât în mizeria asta, așa că nu ai decât să explici singur de ce suntem aici."

— Noi nu putem să comunicăm unul cu celălalt, a răspuns Fred simplu și la obiect. Se pare că nu suntem în stare să discutăm fără să ne certăm.

— Ce-oi fi vrând să spui? l-a apostrofat ea, demonstrând exact ce el tocmai declarase. Eu vorbesc foarte frumos. Tu ești cel care nu vorbește niciodată.

Hendrix s-a uitat la Fred, așteptând un răspuns.

— E adevărat, a recunoscut el. Eu nu vorbesc prea mult.

— Bine, a admis Hendrix. Cum credeți că aș putea să vă ajut?

— Te-am văzut la televizor, a spus timid Fred.

— Da.

— Am văzut cum ai procedat cu cuplul acela, ajutându-i să comunice mai bine.

— Ha, a mormăit în barbă Greta.

— Ai spus ceva? a întrebat-o Hendrix.

Greta s-a încruntat și și-a încrucișat brațele. Aveam de-a face cu o doamnă foarte furioasă.

— Prin urmare, a răspuns Hendrix uitându-se atent la fiecare, amândoi sperați că aș putea să fac ceva pentru a vă ajuta să comunicați mai bine. Eforturile voastre în această direcție nu au avut prea mult succes așa că ați venit la mine pentru ajutor.

Greta i-a aruncat lui Hendrix o privire peste ramele ochelarilor ei de sârmă.

— Mă rog, a spus ea dând din umeri.

Hendrix nu și-a dat seama dacă prin aceasta își exprimase acordul sau simpla indiferență.

— Aș vrea, dacă se poate, ca fiecare dintre voi să spună ce așteaptă de la aceste ședințe. Și aș dori să vorbiți mai degrabă unul cu celălalt decât cu mine.

Fred a început primul, o alegere ușoară având în vedere că Greta părea hotărâtă să rămână mută și necooperantă.

— Tot ce vreau eu este să fim în stare să vorbim fără să țipăm tot timpul.

— Uită-te la soția ta când spui lucrurile astea, i-a indicat Hendrix.

Fred a încuviințat din cap, dar a continuat să se uite mai degrabă la terapeut decât la soția lui.

—- Dar tu, Greta? a sondat Hendrix terenul. Tu ce ai vrea?

— Nu știu, a spus ea. Nu știu ce vreau.

Pentru prima dată atitudinea ei trăda o oarecare vulnerabilitate — cu siguranță că nu era atât de puternică pe cât încerca să pară.

— Bine, a încuviințat Hendrix. Spune-i lucrul ăsta soțului tău. Spune-i că nu știi ce vrei de la el.

Greta și-a întors puțin scaunul în direcția lui Fred, dar privirea ei s-a ațintit mai degrabă asupra spațiului dintre scaunele lor decât asupra lui.

— Nu știu ce poate Fred să...

— Fred stă chiar lângă tine, a întrerupt-o Hendrix, spune-i lui, nu mie.

Ignorându-i indicațiile, Greta a continuat să i se adreseze lui Hendrix, ca și cum Fred nu ar fi fost în acea cameră.

— Pur și simplu nu cred că el poate să reușească ceva în privința asta. El nu este capabil să aibă emoții. Nu vorbește. Asta e! după care și-a încrucișat din nou mâinile.

In timpul care a mai rămas până ia sfârșitul ședinței, Hendrix i-a încurajat să vorbească despre principalele dificultăți pe care le întâmpină în relația lor. El a observat că Greta vorbea fără nici un fel de reținere despre dezamăgirile și insatisfacțiile pe care le avea din partea soțului ei, în timp ce despre ea nu avea nimic de spus. Pe de altă parte, Fred se judeca foarte aspru pe sine, dar aceasta părea mai degrabă o modalitate de a se ascunde și de a evita să vorbească despre orice altceva rezonabil.

O cameră plină cu cutii

Singurul lucru pe care Fred a ținut să-l sublinieze când a venit vorba de soția lui a fost faptul că aceasta se dovedise o gospodină jalnică. Aveau o casă foarte murdară pentru că Grefei nu-i plăcea să facă curat. Ea refuza să mătură, să șteargă sau să frece podelele. Probabil că după standardele rurale ungurești casa lor arăta perfect normal.

Pentru Fred, care aspira să devină un gentleman englez impecabil și care își menținea ținuta imaculată, performanțele jalnice ale Grefei în ce privește gospodărirea casei erau de-a dreptul frustrante.

— Spune-i ei asta, Fred, l-a îndemnat Hendrix. Spune-i soției tale ce ai dori să se schimbe în căsnicia voastră.

— I-am spus, a protestat Fred. îi spun și acum, dar nu o să aibă nici un efect.

— Nu-mi spune mie, Fred. Spune-i soției tale. Și uită-te la ea cînd vorbești.

— Ea știe. Crede-mă că ea știe.

— Bineînțeles că știu, l-a apostrofat ea. Cum să nu știu? îmi spui tot timpul lucrul ăsta. Pentru mine casa e în regulă. Tu ești cel care are probleme.

într-un fel ea avea dreptate. Mizeria din casă era problema lui, dar cu toate acestea ea devenise o sursă permanentă de discuții aprinse între ei doi. Pe Fred îl deranja în mod special faptul că Greta umpluse o cameră întreagă cu teancuri de cutii care nu conțineau decât vechituri — reviste vechi, haine pe care nu le mai purtau și alte lucruri inutile. Teancurile de cutii ajungeau până în tavan.

— Ea nu aruncă nimic, a acuzat-o Fred pe soția lui. A strâns atâtea cutii în nenorocita aia de cameră că nici măcar nu poți să intri acolo.

Se pare că soțul ei nu avea întru totul dreptate pentru că Greta susținea că lăsase un spațiu, ce-i drept destul de strâmt, dar care-i permitea să aibă acces la cutiile strânse acolo și să adauge altele la colecție.

— Aceste cutii, a spus Fred, arătând pentru prima dată emoție, sunt pline toate cu mizerii. Nu e nimic de valoare în ele. Sunt ca și relația noastră. Relația noastră este plină de mizerii și de alte chestii care s-au acumulat. Nimic nu se mișcă în viața noastră. Nimic nu se clarifică. Nimic nu se schimbă.

Hendrix a fost foarte impresionat de această observație, dar și deosebit de frustrat de direcția în care o luaseră lucrurile. 1 se părea imposibil să-i facă să comunice pe aceşti doi oameni furioşi şi plini de resentimente. Era ca şi cum ar fi încercat să stăpânească două animale sălbatice. Greta era la fel de nărăvașă precum un cal sălbatic. Fred se comporta ca un miel blând, exceptând momentele în care, în mod neașteptat, începea să dea din picioare exact când soția lui se potolea.

întrebată de ce păstra aceste cutii, Greta a răspuns că ele erau pline de amintiri.

— Nu mi-a rămas nimic din copilărie. Fiecare lucru cât de mic pe care-1 aveam folosea la ceva. Nimic nu era risipit. Nimic nu a fost aruncat. M-am gândit pur și simplu că într-o zi s-ar putea să avem nevoie de unele obiecte din aceste cutii. Dacă le arunc la gunoi s-ar putea să ne pară rău.

Aceasta era într-adevăr numai una dintre sursele permanente de conflict între ei, dar cu siguranță era cea mai dramatică. Hendrix a încercat să-i facă să se gândească atent la sem-

nificația simbolică a cutiilor și la certurile pe care le aveau în legătură cu ele. în cele din urmă ei au ajuns la un acord: în fiecare săptămână, Greta urma să sorteze conținutul cutiilor și să arunce la gunoi lucrurile pe care nu aveau să le mai folosească vreodată. Cu siguranță că aceasta nu a fost cea mai interesantă terapie și nici cel mai dramatic progres, dar era tot ceea ce putuseră să facă pe moment.

Dialog

în curând a devenit evident că atât Greta cât și Fred aveau o mentalitate de supraviețuitori. Aveau puțini bani și trăiau la limita sărăciei. Ca profesor la o școală particulară, Fred era plătit foarte prost și, în plus, locuiau într-o zonă foarte scumpă. Grefei îi era în permanență teamă că ei ar putea să piardă totul, că în orice moment Fred ar putea să rămână fără slujbă, lucru care i-ar fi adus la sapă de lemn. Frica ei nu avea nici un temei rațional, din moment ce Fred lucra de foarte mulți ani la acea școală. In orice caz, frica fusese o prezență permanentă în viața ei.

Intre timp ei munceau la sortarea lucrurilor din cutii. Avansau foarte încet, dar în cele din urmă au reușit să se debaraseze de o parte din gunoaiele care le invadaseră viețile. Hendrix a aflat că mai exista un lucru pozitiv în viața lor: amândoi iubeau muzica clasică. Concertele și discurile pe care le ascultau împreună reprezentau pentru ei o sursă de plăcere divină pe care o împărtășeau uneori în locul durerii obișnuite. O expresie de încântare s-a întipărit pe fața Gretei în timp ce descria ultima simfonie pe care o ascultaseră împreună.

în timp ce ea vorbea despre această experiență, lui Harvil-le i-a venit în minte un gând.

— Spune-mi, a întrebat-o el, vă țineți de mână în timp ce ascultați muzică?

— Să-l țin de mână? De ce aș face asta?

Așadar cei doi își refuzau până și cele mai elementare gesturi de tandrețe. Această constatare i-a sugerat lui Hendrix o nouă idee.

— Mă întreb dacă ați putea să discutați între voi despre ce înseamnă să fiți mai apropiați unul de celălalt.

Greta s-a gândit un moment la această sugestie, dar în cele din urmă a refuzat să răspundă. Ea s-a mulțumit să

privească timid în direcția soțului ei.

— Sigur, a răspuns Fred fără să ezite. Mi-ar plăcea să fiu mai intim cu ea. Cred că au trecut cinci sau poate chiar șase ani de când nu am mai făcut sex.

— Ai fost norocos că ai avut parte de el chiar și atunci, a susurat Greta.

Fred s-a uitat la Hendrix rugător, ca și când ar fi vrut să-i spună, te rog, fă-o să înțeleagă pe femeia asta.

— în plus, a adăugat Greta, ce motiv aș avea ca să fac sex cu tine?

■— Păi, a început să se bâlbâie Fred, păi, este pur și simplu un lucru pe care soții și soțiile îl fac.

Se simțea foarte stânjenit de direcția pe care o luase conversația.

Încet-încet ei i-au oferit lui Hendrix o imagine destul de aproximativă a vieții lor sexuale, în măsura în care își mai puteau aduce bine aminte de ea. Relația lor sexuală fusese nesatisfăcătoare pentru amândoi. De când se căsătoriseră, ei făcuseră sex numai pe întuneric, iar Greta era întotdeauna îmbrăcată. Nu existaseră nici un fel de preludiu, nici pasiune, doar un fel de hârjoneală penibilă și stângace în întuneric, cu hainele pe ei. Simplul fapt că reușiseră să-și consume mariajul era un miracol. Hendrix era uimit cât de primitivi erau din punct de vedere emoțional. în condițiile în care din punct de vedere intelectual erau niște persoane sofisticate. In felul acesta, se ivise ocazia perfectă pentru ca Hendrix să inițieze un exercițiu la care cei doi se puteau angaja reciproc la un nivel mult mai intim.

Temă pentru acasă

Hendrix a conceput o serie de situații în care cei doi se puteau angaja într-un dialog despre sentimentele pe care le aveau

unul față de celălalt. în decursul interacțiunilor lor, el a observat un fenomen straniu pe care nu-1 mai întâlnise până atunci: nici unul dintre ei nu se uita în ochii celuilalt. Ei trăiau împreună de peste treizeci de ani. Dormeau în același pat. Mâncau la aceeași masă. Discutau despre ce făcuseră în timpul zilei, despre visele lor, despre temerile lor, dar nu se uitau niciodată unul la celălalt în timp ce făceau toate lucrurile astea.

O dată ce a observat acest pattern, Hendrix le-a cerut celor doi să se uite unul la celălalt atunci când își vorbesc.

— Când îi spui ceva lui Fred, a instruit-o el pe Creta, vreau să te uiți în ochii lui. Iar tu, Fred, vreau să faci același lucru atunci când îi răspunzi soției tale.

De fiecare dată când el repeta aceste instrucțiuni, atât Fred cât și Greta se uitau fiecare în direcția celuilalt, dar niciodată nu se priveau direct în ochi. Această sarcină părea atât de dificilă pentru ei că parcă ei născociseră un mod de a privi fix la fruntea sau Ia gura celuilalt sau cel mai adesea în centrul pieptului, dar niciodată în ochii lui.

— Observ că atunci când vorbiți unul cu celălalt, le-a repetat Hendrix, nu vă priviți niciodată în ochi.

— Pot să mă uit la el, a susținut Greta, dar nu vreau.

— Poate ai vrea să încerci să faci lucrul ăsta acum, a sugerat blând Hendrix.

Oricât de mult s-a străduit, ea nu a reușit să-și ridice privirea mai sus de nasul lui.

— Dar tu, Fred? a încercat mai departe Hendrix.

— îmi este foarte greu să mă uit la ea, a admis el. Ea are întotdeauna o privire atât de furioasă că-mi piere cheful să mai privesc în ochii ei.

Hendrix i-a liniștit pe amândoi și le-a spus că este evident că ei nu sunt în stare să facă ceea ce le ceruse el. A privi

direct în ochii cuiva este un gest care presupune un gen de intimitate care cu siguranță era mai mult decât puteau da ei.

— Acum, ceea ce aș vrea să încercați, și puteți să vă opriți oricând doriți, este să faceți o experiență. Haideți să vedem ce se întâmplă. Vreau să vă concentrați asupra respirației voastre. Relaxați-vă. Bine. Acum vreau să vă uitați unul la celălalt.

Uitați-vă direct în ochii celuilalt doar pentru câteva secunde. Apoi vreau să-mi spuneți cum a fost.

Hendrix a cronometrat timpul în care cei doi s-au privit în ochi. Au fost exact cinci secunde.

— Pur și simplu nu suport așa ceva! a oftat Greta.

La rândul lui, Fred a încuviințat din cap.

— Și pentru mine a fost foarte, foarte neplăcut!

— Este de înțeles, a admis Hendrix. Acesta este un lucru pe care o să-l exersați de acum înainte. Ceea ce vreau să faceți ca temă pentru acasă este să petreceți ceva timp practicând acest exercițiu până în momentul în care, de la cinci secunde, veți ajunge la două minute.

Amândoi au rămas uluiți de ceea ce auziseră. Era ca și când Harville le-ar fi cerut să facă cel mai îngrozitor lucru cu putință. Cu toate acestea, au fost de acord să încerce.

Când au revenit în următoarea săptămână, Fred și Greta au raportat că au avut cea mai teribilă ceartă din căsnicia lor. Era de-a drepul imoral. Era scandalos. Și era de asemenea urât. Prima dată a explodat Greta. Apoi, în mod neașteptat, Fred a izbucnit și el. El s-a apucat să țipe la ea, după care s-a ridicat și s-a încuiat în birou. Greta a început să ciocăne la ușa lui, dar el nu i-a dat drumul. In cele din urmă, această femeie micuță s-a înfuriat atât de tare încât a luat un scaun și l-a rupt în bucăți. Acest exercițiu al privirii s-a dovedit a fi peste puterile lor.

Revelații

Hendrix a poftit-o pe Greta să spună ce se întâmplase cu ea. Acest exercițiu declanșase un anumit lucru și el se întreba despre ce ar putea fi vorba. Se pare că frica, teroarea erau niște sentimente atât de adânc înrădăcinate în ea încât evitase să vorbească până acum despre ele și chiar să le recunoască față de ea însăși.

Greta s-a întors la amintirile ei din copilărie când satul în care locuia fusese ocupat de germani. In cele din urmă, Hen-

drix a aflat că de fapt ea nu reușise să fugă din calea lor. Greta și cei din familia ei au fost găsiți de soldați. Aceasta se întâmpla la sfârșitul războiului când ei se retrăgeau sub presiunea armatelor eliberatoare. Erau disperați și nu mai aveau nimic de pierdut de vreme ce rezultatul războiului fusese deja decis. Pe măsură ce se retrăgeau spre țara lor, soldații făceau ravagii printre civilii pe care îi găseau. Greta împreună cu mama și sora ei au fost violate de nenumărate ori de către soldați.

Printre lacrimi, Greta a povestit de ce a ajuns să fie atât de suspicioasă în privința bărbaților, de ce simpla idee a intimității cu un bărbat, oricare ar fi el, o înspăimânta atât de mult încât aproape că nu putea să vorbească despre acest lucru.

Hendrix l-a văzut pe Fred lăcrimând și s-a gândit că el plângea impresionat de durerea pe care o resimțea soția lui. Când l-a întrebat însă ce se întâmplă, acesta a început să dezvăluie propriul său secret pe care nu-1 mai spusese nimănui până atunci. Chiar la începutul pubertății sale, Fred a fost molestat de mama lui, relația lor sexuală continuând pe parcursul întregii lui adolescențe. Simțindu-se îngrozitor de vinovat și de rușinat, el nu a spus nimănui despre această experiență, evitând chiar să se mai gândească el însuși la ea. La fel ca și soția lui, el a îngropat trecutul și a căutat să se căsătorească cu cineva care să nu-i forțeze intimitatea și care să se mulțumească cu o relație

în care implicarea emoțională era minimală.

Greta și Fred au început să manifeste empatie unul față de celălalt. Ei erau cu adevărat niște supraviețuitori ai abuzurilor care îi răniseră atât de mult și îi făcuseră vulnerabili. Acum când secretele lor ieșiseră la iveală ei s-au simțit mai apropiați unul față de celălalt decât erau înainte. Un alt lucru remarcabil în privința celor doi a fost că ei au început să se privească în ochi atunci când își vorbeau — nu pentru mult timp dar important era că ochii lor se întâlneau.

Cum ședința se apropia de sfârșit, cei doi au fost de acord să încerce din nou exercițiul care le fusese recomandat ca temă pentru acasă. Voiau să vadă cât de mult se puteau uita unul la celălalt atunci când își vorbeau.

Acesta nu era totuși un film de ficțiune în care în urma unui moment de revelație se produce o vindecare instantanee. Celor doi soți le-au trebuit mai multe săptămâni de exercițiu pentru a ajunge să se privească în ochi timp de cincisprezece secunde. Și încă o lună pentru a ajunge la o jumătate de minut. Progresul era încet dar ferm.

Au făcut-o!

într-o zi, când Greta și Fred au venit la ședință, Hendrix a remarcat că ei aveau o expresie a feței cam ciudată. Aceasta urma să fie ultima lor întâlnire înainte de vacanța de vară care dura șase săptămâni.

— Ei bine, a început Harville ședința, ce se petrece cu voi doi? Parcă s-a schimbat ceva.

Greta a afișat o mină superioară, înăbușindu-și un chicotit, apoi a privit în direcția soțului ei care zâmbea cu satisfacție.

— Am făcut-o! a anunțat Greta.

— E fantastic! a spus Hendrix cu mândrie.

Probabil se străduiseră atât de mult încât acum puteau să se uite unul în ochii celuilalt timp de două minute, fără să întoarcă privirea.

— Nu, a spus Greta, n-ați înțeles. Am făcut-o!

— Ați făcut-o?

— Da! Da! Am făcut-o. Ne-am regulat! Pentru prima dată după șase ani!

Stupefiat, Hendrix s-a uitat la Fred care a încuviințat din cap.

— E adevărat! Am făcut-o. Și a fost atât de minunat să simt lângă mine un trup cald.

— Un trup cald? a repetat Hendrix. Vrei să spui că ai dezbrac at-o?

Ignorând întrebarea, Greta s-a uitat direct în ochii soțului ei și i-a spus:

— Ești un tip tare!

Felicitarea de Crăciun

Primăvara a luat sfârșit și vacanța de vară a început. în toamnă, când Hendrix a revenit la birou, a fost anunțat că Fred și Greta au decis că nu mai au nevoie de terapie. în timpul verii ei nu s-au certat niciodată. Făceau sex o dată pe săptămână, dezbrăcați și cu lumina aprinsă. în plus, ei se puteau privi în ochi fără să se mai simtă stingheriți. Mai bine decât atât nici că se putea spera. Vor suna dacă vor mai avea nevoie de ajutor.

Șase luni mai târziu, Hendrix a primit o felicitare de Crăciun. Fred și Greta voiau ca el să știe că sunt bine. Totodată

i-au spus că în cele din urmă au reuşit să facă curat în cameră şi să se descotorosească de toate vechiturile. Nu mai aveau nevoie să rămână agăţaţi de trecut.

Capitolul nouă

Scott Miller

Terminatorul s-a trezit într-o secţie de boli mintale

---

cott Miller reuşeşte să îmbine într-un mod foarte interesant cercetarea empirică cu terapia orientată spre relaţie. împreună cu colegii săi, Barry Duncan şi Mark

Hubble, el a făcut cercetări cu priznre la ceea ce conduce la modificări de durată în terapie şi a ajuns la concluzia că tehnicile pe care le folosesc azi terapeuţii se dovedesc relativ neimportante atunci când sunt comparate cu alţi factori. Ultima cercetare, spre exemplu, a demonstrat că metoda folosită contribuie cu cel mult 8 procente succesul unei terapii. Cu mult mai importante sunt aşteptările pozitive ale clienţilor şi terapeuţilor, calitatea relaţiei, precum şi propriile resurse şi motivaţii ale clientului —ultimele două contând cel mai mult în modificările survenite în terapia de succes. Potrivit lui Miller, aceasta înseamnă că cea mai bună terapie este aceea care stabileşte o relaţie ce exploatează propriile idei ale clientului, puterea lui de refacere, sistemele de sprijin precum şi resursele interioare.

într-o serie de cărţi care au la bază o cercetare desfăşurată cu multă atenţie, Miller, împreună cu Duncan şi Hubble, combină abordările umaniste, orientate spre relaţie, cu eficienţa unei terapii de scurtă durată. Printre cele mai cunoscute lucrări ale lor se numără: The Handbook of Solution — Focused Brief Therapy (Manualul terapiei de scurtă durată axată pe soluţie); Escape from Babel; Psychotherapy with Impossible Cases (Ieşirea din Babel; Psihoterapia în cazurile imposibile) şi The Heart and Soul of Change (Inima şi sufletul schimbării), care trec în revistă ultimele cercetări cu privire la cele mai bune metode folosite în practica de clinică.

în ultima sa carte, The Heroic Client (Clientul erou), Scott Miller şi Duncan continuă cercetarea lor şi elaborează teorii cu privire la puterea de refacere a pacientului.

Pe lângă munca sa dedicată descoperiri ingredientelor esenţiale pentru schimbarea terapeutică, Miller a lucrat multă vreme cu persoane provenind din stratztrile defavorizate ale societăţii (cum ar fi cei săraci sau care nu au locuinţă). în cadrul Institutului pentru Studierea Schimbării Terapeutice, Miller face terapie, conduce work-shop-uri şi, bineînţeles, îşi continuă investigaţiile.

în primii ani ai carierei sale, Miller a lucrat într-un spital care trata persoane considerate psihotice. Pacienţii pe care i-a întâlnit aici se luptau în mod tipic cu iluzii, halucinaţii, comportamente nocive pentru cei din jur şi pentru societate în general. în prezent Miller se gândeşte că ei sunt sursa unor poveşti care ar putea fi calificate drept extraordinare deşi la momentul respectiv el nu le considera în acest fel.

într-o zi, nepoata lui i s-a adresat în glumă:

— Ascultă, Scott, cum e să vorbeşti toată ziua cu bolnavii ăştia ciudaţi?

La început, întrebarea ei l-a pus în încurcătură. După ce s-a gândit un moment, i-a oferit fetei următoarea explicaţie:

— Asta este meseria mea. Te pot asigura că nu e nimic magic sau misterios în legătură cu ea. De fapt, oamenii ăştia nu sunt atât de ciudaţi. Ei arată la fel ca cei mai mulţi dintre oameni. S-ar putea spune că problemele lor sunt similare.

Bineînţeles, pentru oricine altcineva, oamenii pe care Miller i-a tratat ar fi apărut drept foarte neobişnuiţi. Ei aveau

obiceiul să vorbească singuri și, mai mult decât atât, auzeau în mintea lor voci care le răspundeau de acolo. Comportamen-

tul lor era mai degrabă capricios și imprevizibil, în ciuda me-dicației care le era administrată.

Așa cum se întâmplă cu toți cei care își petrec o grămadă de timp cu oamenii deranjați mental, Miller se obișnuise cu munca sa și cu comportamentele pe care le întâlnea. Apropo, ar trebui menționat faptul că lui nu-i place ca oamenii cu care el lucrează să fie considerați deranjați. In acest sens, el ne-a relatat o povestioară, pe care nu mai știa unde a auzit-o, cu un surd care, aflându-se într-o seară la plimbare, a ajuns în dreptul unei case unde avea loc o petrecere. Era muzică iar oamenii dansau. Urmărind pe fereastră lumea care se mișca în feluri care mai de care mai ciudate și mai extravagante și nefiind capabil să audă muzica, omul a tras concluzia că cei dinăuntru erau nebuni. El a fugit să-i avertizeze pe cei din sat. Ajuns la finalul povestioarei, Miller ne-a spus:

— Noi îi numim pe unii oameni ciudați sau — ca să respectăm uzanțele — deranjați. S-ar putea ca noi pur și simplu să nu auzim muzica lor. In ce mă privește, nu fac decât să încerc să dansez pe muzica pe care clienții mei o aud.

Terminatorul în Țara Bibliei

La începutul carierei sale profesionale, Miller a lucrat în-tr-un spital dintr-o comunitate religioasă conservatoare. Pentru cei care nu înțeleg semnificația și originile ei, cultura și obiceiurile practicate ar putea să pară foarte ciudate. Același lucru se poate spune însă și despre practicile și atmosfera din-tr-o clinică psihiatrică obișnuită.

— Aceasta era inima Țării Bibliei, ne-a explicat Miller, așa că nu era de mirare că m-am trezit cu un puști de nouăsprezece ani care era pe punctul de a pleca într-o misiune religioasă dintr-un ținut îndepărtat. Pregătindu-se pentru această sarcină, el învățase o limbă străină la un centru special pentru învățarea limbilor străine. Domnește o atmosferă foarte tensionată acolo unde misionarii au de învățat o limbă străină în nu-

mai opt săptămâni, urmând ca apoi să fie supuși unui examen de competență lingvistică.

Se pare că această presiune s-a dovedit de nesuportat pentru tânărul în cauză, care a fost primit la spital cu diagnosticul de psihoză reactivă pe termen scurt. In concluzie, era maniac, paranoid, avea halucinații și părea foarte torturat. Statura sa înaltă, musculoasă și înfățișarea dezordonată te făceau să simți cum te trec fiorii atunci când îl întâlneai pe holurile clinicii. Pentru a-1 face mai cooperant și mai ușor de controlat, i s-au administrat imediat medicamente puternice.

Când Miller l-a întâlnit pentru prima dată pe noul său client, acesta, îmbrăcat numai în chiloți, era închis într-o cameră pentru izolare. Aceasta este un loc special, cu pereții căptușiți și cu podelele de cauciuc unde sunt ținuți izolați cei care sunt considerați periculoși pentru ei înșiși sau pentru ceilalți. Nu exista decât o fereastră mică, undeva sus deasupra ușii.

Apropiindu-se de ușă, Miller a putut să vadă creștetul flăcăului apărând la fereastră și apoi dispărând din nou. Din cauză că fereastra era situată foarte sus, pacientul încerca să ajungă la ea folosind podeaua de cauciuc drept trambulină. Miller și-a dat seama că tânărul suferea de asemenea și de aka-thaisia, efecte secundare ale medicamentelor neuroleptice care se manifestă prin agitație, legănare și ridicarea picioarelor.

Când însoțitorul a deschis ușa, tânărul stătea pe podea în stil indian, cu picioarele încrucișate, mișcându-și neîncetat talpa piciorului.

„Salut", a spus Miller prezentându-se, „numele meu este Scott. Al tău care este?" După aceea, el s-a așezat pe podea imitând poziția clientului său.

„Eu sunt Terminatorul", a spus individul cu aplomb, sătul parcă să tot repete oamenilor ceea ce era evident de la sine. „Știi, trebuie să-l salvez pe John Connor."

„Zău? E uimitor! Mă bucur să te cunosc."

Miller a aşteptat un moment să vadă dacă tânărul acela de nouăsprezece ani o să-i explice mai multe despre cum a ajuns la clinică. Personalul spitalului îl informase deja despre cazul lui. Potrivit acestora, din momentul în care a ajuns la

clinică, băiatul a început să susţină că este Terminatorul, personajul interpretat de Arnold Schwarzenegger în cele două filme faimoase ale lui James Cameron. Mai mult decât atât, acum credea că duşmanii lui îl ţin în închisoare. Din această cauză el încercase de câteva ori să fugă din secţie, luând câţiva „prizonieri" cu el. Totodată asistentele medicale au primit în câteva rânduri telefoane de la cineva de la secţia de obstetrică spunându-le că a observat un grup de pacienţi tâ-rându-se în stilul „Thorazine" către ieşirea din spital. (Când eşti dopat cu aceste medicamente puternice nu eşti în stare să mergi normal. Tot ceea ce poţi face este să-ţi târăşti picioarele.)

Este inutil să mai spunem că personalul de la secţia de psihiatrie era din ce în ce mai exasperat de escapadele „Terminatorului". Oricât de bine îl supravegheau, el reuşea întotdeauna să găsească noi modalităţi de a fugi. în acelaşi timp, seriile de evadări şi capturări nu făceau decât să-i întărească convingerea tânărului că el era cu adevărat un luptător neînfricat care se confrunta cu duşmanii care-1 ţineau închis împotriva voinţei lui.

Terminatorul este interogat

Miller a observat că băiatul nu vorbea cu un puternic accent austriac, aşa cum era de aşteptat din partea cuiva care susţinea că este Terminatorul, ci avea mai degrabă o exprimare sacadată şi extrem de rapidă, motiv pentru care se făcea foarte greu înţeles. Miller s-a gândit că el ajunsese să vorbească în acest fel pentru că nu putuse găsi pe nimeni care să aibă răbdare să-l asculte. înainte ca el să apuce să le adreseze un cuvânt ei îl încuiau într-o cameră şi îi dădeau şi mai multe medicamente.

„Pot să-ţi spun Terminatorul?" l-a întrebat Miller pe băiat pe un ton foarte mieros.

„Sigur", a răspuns el repede, întinzându-se pentru a da mâna cu el.

„Mie poji să-mi spui Scott", a zis Miller, arătând spre el. „Mi-au spus şi mai rău decât atât."

„Şi mie la fel", a replicat imediat tânărul. „Şi m-au interogat de nenumărate ori."

„De câte ori?"

„N-aş putea să spun când şi de câte ori."

„Aceeaşi persoană?"

„Ei, un tip. Cred că este comandant sau ceva de genul asta. Iar ceilalţi vin şi pleacă când nu te aştepţi."

„Ingenioasă strategie", a spus Miller. „întotdeauna te lasă să ghiceşti următorul pas."

„Mda, uf. Ei vor să mă otrăvească. Şi încearcă să-mi coru-pă software-ul cu un virus."

Bine spus, a remarcat Miller în sinea lui. De fapt misionarul nu era departe de adevăr când spunea că cei care l-au capturat îl otrăvesc. La urma urmei, ei îi dăduseră medicamente care îl făceau să fie dezorientat şi agitat şi din cauza cărora corpul lui reacţiona atât de ciudat.

„Se pare că ei încearcă să-ţi pună tot felul de oprelişti", a spus Miller după un moment de reflecţie.

„Mda", a spus tânărul privind în podea şi încuviinţând uşor din cap.

O deghizare

Miller ştia că sarcina lui era să-l convingă pe băiat că el nu este Terminatorul. In mod normal, în acest caz el trebuia să urmeze abordarea psihiatrică tradiţională care interzicea orice fel de implicare în „fantasmele" pacientului. Nu

trebuia însă să fii Sigmund Freud ca să-ți dai seama că metoda folosită la clinică, și care consta în a confrunta și a elimina fantasmele, nu ar fi mers în această situație. în cel mai bun caz, ea nu ar fi făcut decât să alimenteze convingerile tânărului.

Folosindu-se de experiența sa destul de limitată la acea dată, Miller a început să caute o modalitate de a intra în relație cu clientul său. El și-a amintit de faimosul hipnotician Mii-

ton Erickson. Acesta avusese un pacient care susținea că este Isus Cristos. Și din câte știa Miller, psihiatrul neortodox nu și-a contrazis clientul ci a acceptat pur și simplu afirmațiile sale.

Fără să se mai gândească unde ar putea duce această conversație și la posibila cenzură din partea supervizorilor săi, Miller a respirat adânc și a continuat pe aceeași linie. Cei doi au petrecut un timp discutând despre aventurile și faptele glorioase ale Terminatorului până în acel moment. Discuția s-a axat nu numai pe evadările recente din spital, dar și pe anumite scene din filmele Terminator, Deși nu era nicidecum expert în așa ceva, Miller și-a adus aminte de suficient din aceste filme încât să poată urmări relatările clientului lui despre tot felul de lupte și urmăriri și chiar să facă unele comentarii menite să-l stimuleze pe acesta din urmă. în aceast fel reușiseră cel puțin să aibă o conversație.

La un moment dat, lui Scott a început să-i încolțească în minte o idee. Și din nou, aceasta se baza pe cazul lui Milton Erickson. în acea situație, Erickson nu numai că acceptase realitatea clientului său, dar a utilizat-o într-un mod care avea în cele din urmă să-i fie de folos acestuia. „Ești tu Isus? îl întrebase el, tâmplarul?" Și pentru că omul a confirmat acest lucru, Erickson l-a pus să facă rafturi de cărți pentru spital.

Punând la lucru ideea misionarului, Miller l-a întrebat pe adolescentul care stătea în continuare cu picioarele încrucișate:

„Mă întreb dacă tu ești cu adevărat Terminatorul."

Băiatul i-a aruncat o privire plină de suspiciune și de furie. Iată că i se întâmpla din nou același lucru: încă unul dintre răpitorii răi era pe punctul de a-i spune că el nu este cine se pretinde a fi. Cum pot să fie acești oameni atât de proști și de încăpățânați, se întreba el. Chiar nu puteau să-și dea seama cine era el? De câte ori trebuia să le explice?

„Stai puțin", a intervenit Miller rapid, dându-și seama că era pe punctul să-și piardă clientul. „Știi, în timp ce te ascultam, am avut vaga impresie că tu nu ești de fapt Terminatorul." Apoi, după o clipă , a adăugat: „Nu cumva ești Arnold Schwarzenegger?"

Se pare că această ultimă afirmație l-a luat prin surprindere pe tânărul cu pricina. Treptat, expresia de surprindere de pe fața lui s-a transformat într-un soi de amuzament.

„Cum de ai știut?" a spus băiatul uimit de-a binelea. „Cum de ai știut cine sunt eu cu adevărat?"

Cum stătea în fața acestui individ uriaș, doar cu chiloții pe el și care zâmbea satisfăcut, Miller și-a spus în sinea lui: „Doar afurisitul de noroc m-a îndrumat".

„Prin urmare", a zis el, „cum să-ți spun? Preferi să ți se spună Terminatorul sau Arnold Schwarzenegger?"

„Prietenii mei îmi spun Arnold", a rânjit din nou băiatul, apoi și-a lins buzele.

Are buzele uscate, s-a gândit Scott, un alt efect secundar al medicamentelor.

„Bine, e în regulă Arnold, îți mulțumesc. Păi nu ești căsătorit cu Maria Shriver?"

„Mda, nu-i așa că este minunată?"

Chiar în fața lui Scott se produsese o transformare majoră. Acum el vorbea cu Arnold Schwarzenegger și încerca să-și aducă aminte cât mai multe lucruri despre filmele actorului, în timp ce discutau despre ce a însemnat pentru Arnold să facă filmele Terminator, Miller încerca să se gândească la următoarea mișcare. Inițial i se păruse o idee

bună să-l facă pe acest individ să creadă că este Arnold Schwarzenegger, dar acum nu mai era sigur de asta.

Un rol diferit

într-un fel, Miller a trebuit să folosească pârghia pe care o descoperise pentru a-1 ajuta pe băiat să facă un pas înainte către o realitate diferită, care semăna ceva mai mult cu lumea în care trăiesc cei mai mulți dintre noi.

„Amold, tu ești un actor foarte, foarte bun."

„Mulțumesc."

Cu toate că aceasta ar fi putut foarte bine să fie replica lui Schwarzenegger, băiatul nu-şi bătuse deloc capul să imite vocea înceată a lui Schwarzenegger sau accentul său austriac. Din contră, el pronunțase foarte rapid cuvintele de parcă vocea sa ar fi fost o mitralieră.

„Mă întreb dacă ai fi dispus să interpretezi un rol de-a dreptul inedit pentru tine."

„Ce vrei să spui?" a întrebat băiatul, curios să afle unde voia să ajungă Scott.

„Mă gândesc la un rol pentru tine care este foarte diferit de cele pe care le-ai jucat până acum. Acesta nu presupune să fii un luptător precum Terminatorul. Este ceva mult, mult mai, ei bine, provocator."

„Eu pot să joc orice rol. Doar că ăștia de la Hollywood... ei bine, am fost stereo-nuștiuce."

„Stereotipizat?"

„Așa. Dar aș putea să fac mult mai mult."

„Te cred", a răspuns Miller. „De asta m-am gândit că ai fi perfect pentru acest rol."

„Bine, bine, așadarceaipentrumine?"

Era atât de surescitat încât nu reușea să facă pauză între cuvinte. Picioarele lui loveau cu putere în podeaua de cauciuc de parcă și-ar fi pus în minte să o desprindă. Miller și-a adus aminte din nou de momentul în care îl zărise prima oară pe acest individ, când creștetul său apărea și dispărea ritmic în spatele ferestrei înalte a camerei.

„Nu este vorba de un persoană calmă, puternică, ca și Terminatorul", l-a pregătit Miller.

„Știuștiuasta e'nregulăe'nregulă."

„De fapt el nu este deloc un erou de acțiune."

Băiatul a dat din cap energic.

„Bineamînțeles, atunci, desprece'ivorba?"

„Vreau să joci rolul unui bolnav mintal."

„Ce înseamnă asta?"

Era foarte încurcat, se aștepase la cu totul și cu totul altceva.

„Asta înseamnă că eu vreau ca tu să joci rolul unui pacient dintr-o secție de boli mintale. Ceea ce presupune că vei lua parte la toate activitățile din această secție împreună cu ceilalți pa-

cienți. Te vei alătura grupului lor și vei vorbi despre problemele tale. Te vei duce de asemenea la ședințele de terapie."

„Asta înseamnă că va trebui să mă duc la programul de arte şi meserii?"

El se referea la o serie de activităţi de-a dreptul ridicole pe care cei de la spital le organizaseră pentru pacienţi în scopul de a-i ţine ocupaţi cu confecţionarea unor lucruri utile din punct de vedere social, cum ar fi vase de lut şi picturi cu degetul.

„Mda", a spus Miller, abordând un aer de regizor de film. „Acesta o să fie un rol foarte, foarte provocator pentru tine."

„Ah", a spus Arnold.

„Dar cred că eşti pregătit pentru această provocare."

„Da", a răspuns tânărul cu un aer gânditor. Acum vorbea ceva mai lent.

„Nimeni nu trebuie să ştie că este doar un rol. Trebuie să fii foarte convingător."

Băiatul a încuviinţat din cap.

„Şi încă ceva", a adăugat Miller.

„Ce?"

„Fără evadări."

înapoi la misiune

O dată ce au căzut de acord asupra următorilor paşi, Miller l-a asigurat pe clientul său că o să vorbească cu personalul spitalului pentru a-i da drumul din camera de cauciuc, astfel ca el să-şi poată începe noul său rol de pacient bolnav mintal.

— Când le-am relatat celor de la spital ce am făcut, ne-a spus Miller, au fost şocaţi şi intrigaţi. Gândiţi-vă, secţia asta de psihiatrie foarte tradiţionalistă era situată la rândul ei în-tr-o zonă conservatoare. Aşa că oamenii îşi doreau să rămână ancoraţi îh realitate şi să nu încerce nimic prea în afara ei. în acelaşi timp însă erau deosebit de pragmatici. Ei ştiau foarte bine că nimic din ceea ce fusese încercat până acum în acest caz nu dăduse nici un rezultat. Chiar şi aşa, din câte mi-am putut da seama, opinia generală era că entuziasmul meu naiv

a fost inspirat dar nu avea cum să fie eficient pe termen lung. în orice caz, în următoarele zile am continuat să mă întâlnesc cu acest tânăr. Mă gândeam de fiecare dată dacă va veni la mine şă-mi spună că face acest lucru — că joacă rolul pacientului bolnav mintal. Şi ce credeţi? După trei sau patru zile barierele au început să se estompeze. Nu puteai să-ţi dai seama dacă era Terminatorul sau Arnold Schwarzenegger sau celălalt individ — misionarul —, cel pe care îl ştia toată lumea. Din ce în ce mai mult devenea el însuşi.

Chiar şi acum, când reflecta la acest caz, Miller nu era sigur dacă băiatul îşi revenise ca urmare a felului în care procedaseră el sau asistentele şi celălalt personal medical sau pur şi simplu a medicaţiei care îi fusese administrată.

— E foarte probabil să fi fost vorba de o combinaţie a tuturor acestor lucruri. Insa ceea ce m-a impresionat cel mai mult la acest caz a fost cât de plastică şi cât de flexibilă se dovedise realitatea — nu numai pentru acel pacient dar şi pentru toată lumea. în plus, cazul acesta mi-a demonstrat că este mult mai important să încerci să-i înţelegi pe cei pe care vrei să-i ajuţi decât să-i contrazici. Am fost nevoit ca în loc să încerc să-l conving pe acest tânăr că se înşală, să găsesc o modalitate de a-I implica în acest demers.

Curând după asta, băiatul a fost externat şi a început din nou să se pregătească pentru misiunea lui — bineînţeles nu era vorba de o misiune de tipul Terminator, ci de una religioasă. Mai târziu Miller a aflat că biserica hotărâse să-l ţină mai aproape de casă şi să nu-1 mai trimită în străinătate. Exista totuşi teama că nu era vorba doar de un scurt episod psihotic, ci mai degrabă de debutul unei schizofrenii cronice.

Descifrând intenţiile

Cu toate că după standardele de azi, abordarea lui Miller este oarecum obişnuită, în vremurile acelea comportamentul lui a fost considerat ciudat, dacă nu cumva chiar neprofesional. Deoarece era la începutul carierei sale, Miller s-a arătat

dispus să accepte o serie de riscuri la care supervizorii săi mult mai convenționali nici nu s-ar fi gândit.

Ne întrebam ce ar putea învăța alții din acest caz. Miller a explicat că terapia sau relația pe care o stabilești în general cu cineva presupun într-o bună măsură a se identifica percepția pe care celălalt o are asupra realității și a se împărtăși apoi acel punct de vedere. Această observație i-a adus aminte de un alt caz, mult mai recent.

Persoana în cauză era un bărbat de peste patruzeci de ani diagnosticat cu schizofrenie și care mai era și dependent de alcool. Asta însemna că, pe lângă medicamentele antipsihoti-ce pe care le lua, el se trata de asemenea și cu alcool, ceea ce făcuse adevărate ravagii asupra corpului și a minții sale deja fragile. El urma un tratament la centrul local pentru sănătate mentală unde Scott a fost chemat spre a fi consultat în legătură cu cazul acestui pacient. Personalul medical care se ocupase de el vreme de patru ani se simțea acum pus în încurcătură. Procedura lor consta în a-l ajuta pe pacient să „internalize-ze ceea ce fusese învățat la terapie."

— Prin urmare, a spus Miller, m-am dus să vorbesc cu acest tip. El mi-a dat de înțeles că îi lipsea orice fel de motivație interioară pentru a renunța la băutură. Singurele motive pentru care ar fi încetat să mai bea erau de ordin extern — el ar fi făcut acest lucru doar pentru a-i mulțumi pe terapeuții lui sau pentru a arăta că este un supus umil al lui Dumnezeu. La sfârșitul ședinței, le-am sugerat celor care îl tratau să fie mai puțin preocupați să-l ajute să internalizeze ceea ce îl învățaseră și să găsească în schimb o modalitate prin care acest pacient să se facă util celorlalți renunțând la băutură.

Recomandarea lui suna foarte simplu, dar implicațiile ei erau deosebit de profunde. Una dintre cele mai importante sarcini pe care și le propunea în munca sa era să descifreze intențiile clienților săi, să audă muzica lor.

— Este ușor să-i înțelegi pe cei care gândesc sau simt ca noi. Trebuie să înțelegem însă acțiunile și comportamentul din perspectiva celor care le exercită pentru a ajunge să avem un dialog util cu ei. Fără acest lucru, schimbarea nu este posibilă.

Capitolul zece

Insoo Kim Berg

ombinând metodele ştiinţifice occidentale şi strategiile terapiei de scurtă durată cufilosofia orientală, Insoo Berg a colaborat la o serie de proiecte foarte influente pentru

a impune practica terapiei centrată pe soluție. Contribuind la dezvoltarea unui model de terapie care pune accentul pe soluțiile succinte, instructive și creative la problemele prezentate, Berg s-a dovedit de un real folos în a-i ajuta pe terapeuți să lucreze mult mai eficient și cu rezultate mult mai bune. Mai degrabă decât să urmeze practicile tradiționale care constau în abordarea trecutului, căutarea unor probleme subiacente și tratarea simptomelor ca simple semne ale unor probleme mult mai profunde, Berg a pus în evidență importanța rămânerii pe cât posibil în prezent și a tratării problemelor curente.

Pe lângă munca sa de la clinică și poziția de director executiv în terapia familială de scurtă durată, din Milwaukee, Berg a scris o serie de cărți printre care se numără: Interviewing for Solutions (Stând de vorbă cu pacientul pentru găsirea unor soluții); Tales of Solutions (Povești despre soluții); The Miracle Method: A Radically New Approach to Problem Drinking (Metoda miraculoasă: O nouă abordare radicală a problemei alcoolismului) și Solutions Step by Step: A Substance Abuse Treatment Manual (Soluții pas cu pas: Manual pentru tratarea abuzului de substanțe).

Berg s-a gândit la doi clienți care se încadrau perfect în categoria celor mai memorabile cazuri din cariera ei. Ambii puteau fi consideraţi schizofrenici având halucinaţii auditive şi vizuale. Pentru că, în mod obişnuit, Berg nu folosea metodele tradiționale de diagnosticare, ea a considerat că cei doi pacienți au percepții neobișnuite asupra realității și a început să se gândească cum ar putea mai degrabă să utilizeze decât să corecteze percepțiile lor.

El trăia în mintea ei

— Vreau să-mi găsesc un loc de muncă, a spus Tanya, de exemplu, într-un magazin de aparatură electronică.

— Bine, a fost de acord Berg, și care este problema?

— Sunt divorțată de aproape patru ani.

— Înțeleg, a spus Berg, neînțelegând deloc ce legătură avea asta cu slujba de la magazinul de aparatură electronică. Ea a observat că femeia avea un fel de tic nervos.

— Ei îmi dau tot felul de medicamente, a încercat să explice ea din nou, dar eu nu vreau să mai iau așa ceva. Mă simt ciudat după ce le iau și nu mă ajută deloc.

Prin urmare, erau trei direcții pe care Berg încerca să le urmărească: ceva legat de medicația femeii, de divorțul ei și de slujba de la magazinul de aparatură electronică pe care și-o dorea.

— Așadar, de ce ai nevoie ca să obții slujba de la magazinul de aparatură electronică?

Berg voia să înceapă cu o problemă în legătură cu care puteau face ceva.

— Fostul meu soț. Mă necăjește mereu. Pur și simplu nu mă lasă în pace, stă tot timpul pe capul meu și-mi spune că nu pot să fac asta sau aia.

— Soțul tău te tot necăjește?

— Of, și încă cum!

Dându-şi seama că era mult mai folositor să o întrebe pe Tanya de momentele în care îi era bine decât de celelalte, Berg a încercat să afle ce se întâmpla când soţul ei o lăsa în pace.

— Ei bine, uneori mă lasă în pace, a recunoscut ea.

— Cum se face că uneori te lasă în pace?

— Nu ştiu, cred că i se face milă de mine. Atunci aspir praful din casă, scot câinele la plimbare, şi alte lucruri de genul ăsta.

— Bine, a spus Berg, încercând să caute o ieşire din confuzia care domnea de când începuse şedinţa. Şi când te necăjeşte soţul tău?

— Chiar acum.

— El te necăjeşte chiar acum? în timp ce noi vorbim?

— Exact. El îmi spune tot timpul ce să fac.

— De unde ştii asta? a întrebat-o Berg. Cum poţi să spui că el te necăjeşte?

— Pentru că îl aud mereu cum vorbeşte cu mine, exact ca în momentul ăsta.

— Vrei să spui că el vorbeşte acum cu tine?

Tanya a încuviinţat din cap cu toată seriozitatea.

— Ei bine..., pentru un moment, Berg a rămas blocată neputând să-şi dea seama ce se petrecea... Pot să te întreb unde este el acum?

Poate că intrase în birou în timp ce vorbeau şi ea nu observase. Oricum situaţia era cam stranie.

— El este chiar aici, în capul meu, a spus Tanya arătând cu degetul în direcţia frunţii sale.

Berg a observat de asemenea că pe măsură ce Tanya vorbea de fostul ei soţ, ticul ei devenea din ce în ce mai frecvent. Acum, la fiecare câteva secunde, partea dreaptă a feţei i se contracta iar capul i se dădea pe spate.

Tanya susţinea că fostul ei soţ trăieşte în capul ei şi îi direc-ţionează toate mişcările la fel cum făcea atunci când erau căsătoriţi. El merge cu ea pretutindeni, spunându-i mereu ce poate să facă şi ce nu. In ultima vreme îi spusese că ar trebui să stea cât mai mult în casă.

— Nu trebuie să aspiri praful din casă?

— Exact. Lui nu-i place zgomotul.

— Şi ai mai spus că el nu te lasă să ieşi prea mult din casă.

— Of, fostului meu soţ nu-i place să ies la plimbare. Uneori mă gândesc să ies, dar pentru că el este în capul meu, ştie la ce mă gândesc chiar înainte să fac ceva. în felul ăsta el poate să mă oprească.

Berg s-a oprit pentru un moment ca să-şi adune gândurile şi să vadă ce o să facă mai departe. Ea şi-a dat seama că existau mai multe variante, dintre care una părea deosebit de potrivită şi de ingenioasă.

O conversaţie dirijată

Pentru că Tanya susţinea că soţul ei o însoţeşte pretutindeni şi ştie tot ceea ce face ea, Berg s-a hotărât să urmeze raţionamentul ei.

— Crezi că el poate să mă audă când vorbesc cu tine? a întrebat ea.

— O, da, el aude tot ceea ce spui și nu-i place deloc.

— Vrei să spui că el nu numai că aude ceea ce spun dar și înțelege?

Tanya a încuviințat din cap.

— Din moment ce tu poți să auzi ce spune el iar eu nu pot, crezi că ai putea să-mi transmiți și mie ce spune el?

— Nu știu, a dat Tanya din umeri. Dar pot să încerc.

— Bine, atunci spune-mi care este numele lui?

— Michael.

— Michael, a confirmat Berg. Bine, Michael, aș vrea să discut ceva cu tine.

— El spune că te aude, a răspuns Tanya în numele soțului ei.

— Bine, a spus Berg. Michael, sunt foarte curioasă în legătură cu situația ta actuală. După divorț, cei mai mulți bărbați pleacă și își refac viața. Am înțeles de la Tanya că te-ai recăsătorit și că ai un copil mic.

— Spune că da, a răspuns Tanya.

— Cu siguranță că încă o mai iubești foarte mult pe Tanya de vreme ce stai tot timpul pe lângă ea și o pui să facă acele lucruri care crezi tu că sunt benefice pentru ea și să le evite pe cele care i-ar face rău.

— Cum ar fi să dea cu aspiratorul.

— Exact.

— Așadar, mă întrebam cum de nu ai plecat până acum ca să-ți vezi de viața ta? De ce continui să locuiești în capul Ta-niei când ar trebui să ai propria ta viață?

— El spune că nu este treaba ta.

Berg a continuat să vorbească cu Michael sperând să ajungă la o conversație mai politicoasă. Ea a observat totodată că ticul Taniei nu mai era atât de pronunțat.

— Michael, sunt încă destul de nedumerită de relația pe care o ai tu cu Tanya. După cum am mai spus, cred că încă o mai iubești foarte mult pe Tanya și că îți este greu să renunți la trecutul pe care l-ați avut împreună. Ce ar trebui să facă pentru ca tu să te poți despărți de ea și să-ți vezi de viața ta?

— El spune că nu este treaba ta și că nu o să mai vorbească cu tine. Ticăloaso!

După câteva încercări nereușite de a-1 face pe Michael să vorbească, Berg a început să se enerveze.

— Cum îndrăznești să-mi vorbești în felul ăsta? Nu-mi place deloc limbajul tău agresiv. Și la urma urmei ce fel de om ești tu? Unul care nu are curajul să trăiască pe propriile picioare preferând să stea ascuns într-o biată femeie.

Berg s-a întors către Tanya și i-a spus:

— Nu este un tip prea politicos, nu-i așa?

■—Michael, a încercat Berg din nou, ești foarte nepoliticos.

— Ți-am spus că nu am nevoie să vorbesc cu tine. Ticăloaso.

Ultimul cuvânt a fost spus pe un ton foarte răstit, lăsând să se înțeleagă foarte clar că nu mai avea de gând să coopereze.

Complet dezgustată, Berg s-a întors către Tanya.

— Nu numai că este nepoliticos dar nici măcar nu este în stare să vorbească pentru el însuși.

— Da, a fost de acord Tanya, e ca un șoricel, nu-i așa?

Nu ești tu, ci el

In timpul care a mai rămas până la sfârșitul ședinței, Tanya i-a explicat că a cheltuit banii pe care i-a obținut prin înțelegerea încheiată la divorț. Acum trebuia să-și găsească o slujbă. întotdeauna își dorise să lucreze ca vânzătoare la un magazin de aparatură electronică din oraș. Problema era că de câte ori încercase să plece de acasă ca să-și găsească o slujbă, Michael, cel din capul ei, o oprea.

Berg nu și-o putea imagina pe Tanya lucrând undeva ca vânzătoare. Cu siguranță că ticurile ei frecvente ar fi atras atenția și ar fi deranjat pe aproape toți clienții.

După o pauză de câteva minute în care s-a gândit la conversația pe care a avut-o cu Tanya, Berg a alcătuit o listă cu complimente pe care urma să i le aducă Taniei: curajul de a-1 înfrunta pe Michael din capul ei și înțelepciunea de care dădea dovadă recunoscând că are nevoie de o slujbă. Berg a lău-dat-o de asemenea pentru curajul ei de a-1 sfida pe Michael venind la ședință. în continuare, Berg i-a explicat că Michael era o persoană foarte dificilă care avea la rândul lui foarte multe probleme. în orice caz nu era omul pe care să vrei să-l asculți foarte mult timp.

— Data viitoare când vii, i-a spus Berg, vreau să faci tot posibilul să-l aduci și pe Michael. Se vede clar că este foarte tulburat și cred că are nevoie de ajutor.

Reformulând astfel situația, Berg a reușit să abată atenția de la excentricitățile Taniei stabilind că adevărata problemă era vocea din capul ei. Michael era nebunul, nu ea.

Ignorând vocea

Trei zile mai târziu, când s-a întors pentru cea de a doua ședință, Tanya părea mult mai calmă și mai relaxată. De altfel

ea însăși a declarat că se simte mult mai bine. Ticul ei aproape că dispăruse.

— Ei bine, a întrebat Berg, ce ți s-a întâmplat? Arăți mult mai bine.

— Data trecută, când am plecat de aici, în loc să mă duc direct acasă am fost să fac o vizită fratelui meu și soției lui care locuiesc nu departe de aici. Mi-au spus mereu să trec pe la ei, dar eu nu am făcut lucrul ăsta pentru că Michael nu mă lăsa. Cu toate acestea, în loc să o iau spre casă, m-am dus la ei. Am petrecut sfârșitul de săptămână împreună cu ei și m-am jucat cu nepotul meu, ceea ce m-a distrat grozav.

Pe măsură ce povestea era din ce în ce mai veselă. Ticul ei aproape că nu se mai observa.

— Mă întreb ce ai putea face ca să fii sigură că Michael nu te mai controlează. în felul ăsta vei putea să vizitezi pe cine vrei și chiar să dai cu aspiratorul prin casă fără ca el să mai intervină.

— Ca să fiu sinceră, a spus Tanya, el a fost întotdeauna foarte autoritar. Chiar și când eram căsătoriți. O compătimesc pe noua lui soție.

Tratamentul Taniei a durat destul de mult, cu suișuri și co-borâșuri. în cele din urmă, Berg a aflat că Tanya consuma o mare cantitate de alcool, lucru care trebuia adus sub control. Treptat însă starea ei s-a îmbunătățit și în cele din

urmă și-a găsit o slujbă unde ticul ei facial nu punea probleme. Ea a ajuns să lucreze ca îngrijitor medical la domiciliu. Această muncă presupunea să ajute persoanele în vârstă să se descurce la treburile zilnice.

După trei ani, Berg a aflat că Tanya reușea să se întrețină singură, iar bătrânul de care avea grijă și familia lui o îndrăgeau foarte mult. Din când în când ea lua legătura cu clinica de psihiatrie doar pentru a anunța că se simte bine.

Nu trebuie să tragem de aici concluzia că Michael a ieșit vreodată din capul ei. Din când în când el continua să o necăjească și să-i dea ordine. Dar ea era hotărâtă să-l ignore. La urma urmei ei nu mai erau căsătoriți. Și în plus, Berg o convinsese că, de fapt, el era acela care avea probleme serioase.

Fiul vine în vizită

Un alt caz al lui Berg, care seamănă uimitor de mult cu cel de dinainte, este legat de o femeie, Jackie, care susținea că în fiecare zi este vizitată de fantoma fiului ei mort. Aceasta nu numai că se arăta foarte clar dar și vorbea cu ea. Cu trei ani în urmă, tânărul fusese omorât într-un accident de mașină. Când se produsese accidentul, el se afla în drum spre școală.

Sprijinindu-se cu o mână într-un baston, iar în cealaltă ținând o ceașcă de cafea Styrofoam, lui Jackie i-a luat ceva vreme ca să se deplaseze din sala de așteptare în biroul terapeutului. Ea a refuzat orice ajutor preferând să-și târască singură picioarele de-a lungul holului. Ajunsă în birou, ea s-a prelins încet într-un scaun de parcă drumul până aici îi consumase toată energia. Era o femeie de origine africană, care avea în jur de patruzeci de ani, dar care arăta mult mai în vârstă, ca și când ar fi avut o viață foarte grea. Fața sa aproape că nu lăsa să se întrevadă nici o emoție iar vocea îi era inflexibilă. Arăta de parcă ar fi fost moartă pe dinăuntru.

Inițial, Berg a crezut că femeia lua medicamente, dar atunci când a întrebat-o, aceasta a negat cu hotărâre. Ea a explicat că a venit la terapeut pentru că îi era foarte frică de fiul ei care o vizita din când în când și s-a gândit că ar putea fi ajutată în legătură cu acest lucru. Vocea sa abia putea fi auzită așa că Berg a fost nevoită, pe măsură ce vorbeau, să-și tragă scaunul din ce în ce mai aproape de ea. Mirată de această informație inițială, ea a rugat-o pe Jackie să-i explice mai în amănunt.

Jackie nu a putut să îndeplinească această cerință, așa că Berg a fost nevoită să o reformuleze într-o manieră mult mai detaliată și mai punctuală, adresându-i pacientei o mulțime de întrebări despre cine, ce, cum și când.

— Când vine să vă vadă fiul dumneavoastră? a întrebat Berg.

-— Vine tot timpul, a răspuns Jackie.

— în ce parte a casei îl găsiți de obicei?

— El stă de obicei la capătul patului meu, dar uneori îl văd stând într-un colț, în sufragerie.

— Ce spune când vă vede? a întrebat Berg.

— Nu știu.

Ea a spus acest lucru pe același ton cu care vorbea de obicei — fără nici o expresie pe chip și fără ca în voce să se simtă vreo schimbare. Aveai impresia că este plecată de pe lumea asta.

— Nu știi ce îți spune? Cum așa?

— Nu, nu știu, pentru că dau televizorul foarte tare. In felul ăsta nu sunt nevoită să-l mai aud. Mă sperie de moarte.

Berg i-a adresat lui Jackie întrebări mai amănunțite, în urma cărora însă nu a aflat decât că el „mormăia" în timpul vizitelor sale care erau imprevizibile. Venea și pleca în cele mai neașteptate momente.

Ce spune fantoma

Pentru a descifra misterul legat de fantomă, lui Berg i se părea esențial să afle ce încerca fiul să-i spună mamei lui. Dar Jackie susținea că nu știe acest lucru. Cât a durat interviul, vocea femeii a rămas neschimbată, cu excepția momentelor în care cobora atât de mult încât se transforma pur și simplu în șoaptă, motiv pentru care Berg a trebuit să-și mute scaunul și inai aproape de pacienta sa pentru a reuși să audă ceva. Pentru Berg, acesta era un semn că Jackie îi permitea să reducă distanța dintre ele.

Ajungând să stea chiar sub nasul lui Jackie, Berg a observat că aceasta avea unghii foarte lungi, vopsite în nuanțe multicolore. Și pentru că voia să o implice mai mult în discuție, ea a întrebat-o cine i-a făcut unghiile și cum a ajuns să aleagă modelul și culorile respective. în timpul acesta Berg îi ținea mâinile într-ale ei, lucru la care Jackie nu s-a opus. Jackie a început să vorbească încet dar mult mai articulat.

Ea a spus că sora ei i-a făcut unghiile. Pornind de aici, ele au ajuns să vorbească despre ceilalți membri ai familiei. Astfel Berg a aflat că, pe lângă fantomaticul ei fiu, care murise la nouăsprezece ani, Jackie mai avea și o fiică, Angela, de șapte-

sprezece ani, care era la liceu. Ea era foarte mândră de faptul că fata ei era o elevă foarte bună.

Știa oare Angela că fratele ei vine să o viziteze pe mama ei?

— Nu, pentru că nu am spus nimănui despre el.

— Fiul tău o vizitează și pe Angela? a întrebat Berg

— Nu cred, a răspuns Jackie, atât de încet că Berg a trebuit să se aplece către ea pentru a auzi ce spune. Cel puțin ea nu mi-a pomenit nimic.

— Așadar, în momentul de față ești singura persoană pe care o vizitează fiul tău?

— Ei bine, el se ducea uneori să o vadă pe prietena lui. Ea mi-a spus lucrul ăsta. Dar acum nu se mai duce pe acolo.

— Prin urmare, el vine să te vadă numai pe tine pentru că îi place să stea de vorbă cu tine. în tine are cea mai mare încredere.

— Poate că așa e, a admis ea. Am fost foarte apropiați. Era un băiat bun.

— Mă întreb, oare ce încearcă fiul tău să-ți spună? a întrebat Berg, apoi a răspuns ea însăși la întrebare. Eu cred că el te iubește foarte mult și îi este tare dor de tine.

— Așa sper și eu, a încuviințat ea.

Fața lui Jackie era în continuare inexpresivă, dar lacrimile începuseră să i se prelingă pe obraji.

— Mă întreb, a spus Berg, dacă fiul tău vine să te vadă și în alte locuri, în afară de dormitor și sufragerie.

Dacă fantoma apărea numai în încăperile respective, se gândea ea, atunci Jackie ar fi putut să-și găsească adăpost în altă parte.

— Nu, el vine numai în acele camere, a răspuns Jackie.

— Dar dormitorul lui? Se duce vreodată acolo?

—■ Nu știu. Nu mă duc niciodată acolo.

— Cum așa? s-a minunat Berg.

— Sunt prea speriată.

Jackie a explicat în șoaptă că, de când i-a murit fiul, ea nu a mai intrat niciodată în camera lui. A lăsat-o exact cum era înainte de moartea lui. De atunci nu s-a mai atins de nici un lucru din acea încăpere.

Gândindu-se că poate un ritual de despărțire s-ar dovedi de folos în această situație, Berg a întrebat-o în continuare:

— Dar la cimitir? Te duci vreodată să-ți vizitezi fiul acolo? — Nu, sunt prea speriată ca să mă duc acolo. Și nici nu-mi

place să mă duc într-un astfel de loc.

Așadar, Jackie era terorizată de ideea că fantoma fiului ei

o va urmări peste tot unde se va duce. Ceea ce o punea cel mai mult în încurcătură pe Berg era faptul că fiul fusese un băiat foarte bun și că cei doi fuseseră foarte afectuoși și apropiați unul față de celălalt. Cum se făcea oare că ea ajunsese să se teamă de propriul ei fiu? Berg era foarte nedumerită cu privire la următorul pas pe care trebuia să-l facă.

Vorbind printre lacrimi

Berg a făcut o scurtă pauză pentru a-și aduna gândurile. Ea a început să reflecteze cu atenție Ia lucrurile pe care ie aflase în timpul interviului încercând să formuleze acel gen de feedback care i-ar fi putut fi de folos lui Jackie. în cele din urmă, Berg a făcut următoarea observație:

— Jackie, mă bucur că te-ai hotărât să vii și să stai de vorbă cu mine pentru a găsi o modalitate de a rezolva problema vizitelor nedorite ale fiului tău. Asta dovedește că ești o femeie foarte puternică și hotărâtă să-și controleze singură existența. Pe măsură ce aflu mai multe lucruri despre tine și despre fiul tău, îmi dau seama cât de greu ți-a fost să te descurci în acești ultimi trei ani. Nu pot să-mi imaginez cât de îngrozitor trebuie să fi fost pentru tine să-ți pierzi copilul în felul acesta.

— E adevărat, a spus încet Jackie.

Avea în continuare ochii plini de lacrimi.

— Pe măsură ce te ascult îmi dau seama că poate fiul tău încearcă să-ți spună ceva foarte important. Cred că va trebui să aflăm ce vrea el să-ți spună.

— Cred că este o idee bună.

— Poate că ar fi bine, a sugerat Berg, să te întâlnești cu fiul tău în camera lui. Nu în altă parte. Dacă își face apariția în dor-

mitor sau în sufragerie, spune-i că vrei să te întâlnești cu el în dormitorul lui. Acolo este locul lui și prin urmare acolo trebuie să vă întâlniți.

Jackie a admis că aceasta ar putea să fie o idee bună și prin urmare s-a decis să încerce. Ea a revenit în următoarea săptămână și a mărturisit că încă îi era frică de faptul că fiul ei voia să-i vorbească. Era evident că nu voia ca fiul ei să o viziteze, indiferent de ce avea să-i spună.

Ea și Berg au avut cam același gen de conversație ca și la prima ședință, singura diferență a fost că izbucnea mult mai ușor în lacrimi de fiecare dată când se pomenea de vizita fiului ei. Berg i-a explicat că vizitele nedorite ale fiului ei reprezintă probabil modul lui de a-i arăta cât de mult îi lipsește și că dorește să-i spună ceva intim și personal.

— Nu am apucat niciodată să-mi iau rămas-bun de la băiatul meu, a spus Jackie și, pentru prima dată, fața ei trăda o emoție reală. De data aceasta nu încerca să-și mai ascundă lacrimile. Nu i-am spus niciodată cât de mândră am fost de el. îmi este atât de dor de el, dar aș vrea să înceteze să mai vină la mine.

în timpul şedinţei, Berg a asigurat-o pe Jackie, de câte ori a avut ocazia, că fiul ei doreşte ca ea să fie fericită şi să aibă o viaţă liniştită. Mai mult decât atât, spunea ea, având în vedere că acest tânăr a fost un fiu iubitor şi atent, cu siguranţă că el se uită în fiecare zi din ceruri la mama lui urându-i să aibă o viaţă bună.

Jackie a încuviinţat din cap. Copleşită de lacrimi, ea nu a reuşit să spună ceva. Când Berg i-a oferit şerveţele ca să-şi şteargă faţa, Jackie le-a luat dar nu a făcut altceva decât să le ţină în mână ca şi când s-ar fi temut să atingă lacrimile.

Pe parcursul următoarelor şase şedinţe, Jackie a continuat să-şi exprime durerea legată de pierderea fiului ei. Plângea întruna tamponându-şi din când în când obrajii cu şerveţelele oferite de Berg. în cele din urmă ea a ajuns la concluzia că fiul ei nu voia să-i facă nici un rău şi că doar încerca să-şi ia rămas-bun: pentru că Jackie chiar avea nevoie de această despărţire. Cu toate aceasta, ea se temea încă să-l asculte deoare-

ce, credea ea, el ar fi plecat după aceea şi ea nu l-ar mai fi văzut niciodată. La sfârşitul celor şase şedinţe, Jackie a spus că nu mai are nevoie să vină la clinică, pentru că simţea că nu îi mai este atât de frică de fiul ei, chiar dacă o va mai vizita din când în când. Şi la urma urmei, spunea ea, o să înveţe să trăiască cu vizitele lui.

De la această ultimă întâlnire au trecut doi ani, iar Berg nu a mai văzut-o de atunci pe Jackie.

Capitolul unsprezece

Michael Yapko

Femeia care ar fi trebuit să fie deprimată

ichael Yapko a scris peste zece cărţi despre tratarea depresiei folosind o combinaţie de metode care includ hipnoza clinică precum şi terapiile cognitive şi strategice ' Trei dintre cărţile sale recente, Breaking the Patterns of Depression (Deconstruind patternurile depresiei); Hand Me Down Blues: How to Stop Depression in Families (Insoţeşte-mă în abisuri: Cum să pui capăt depresiei în familii) şi Psychological 911: Depression (Urgenţa psihiatrică: Depresia), sunt surse practice de informare şi de îndrumare pentru cei care suferă de depresie. Celelalte lucrări ale ei, printre care se numără, When Living Hurts (Când viaţa te doare) şi Treating Depression with Hypnosis (Tratarea depresiei cu ajutorul hipnozei), oferă terapeuţilor indicaţii referitoare la utilizarea unor intervenţii de scurtă durată atunci când lucrează cu pacienţi care suferă de depresie. Pe lângă acestea, el a mai scris câteva lucrări de specialitate, cum ar fi cartea sa devenită clasică Trancework (Despre transă), care se referă la metodele hipnozei clinice.

*

X- *

Yapko este psiholog, locuieşte aproape de San Diego şi lucrează cu persoane individuale, cupluri sau familii cu pro-

bleme. Interesul aproape unic pe care l-a manifestat pentru studierea modului în care oamenii reuşesc în viaţă a dus la aplicaţii inovatoare ale muncii sale; spre exemplu, pentru o vreme el a ocupat postul de consultant în problemele legate de creşterea elefanţilor captivi, la Grădina Zoologică din San Diego. Sarcina sa era să-i înveţe pe dresori metode mult mai eficiente de a comunica cu elefanţii în speranţa că acest lucru va asigura într-o măsură şi mai mare succesul în creşterea elefanţilor.

Având în vedere că şi-a petrecut trei ani lucrând cu elefanţii şi cu dresorii lor, ne aşteptăm ca Yapko să aibă un sac plin cu cazuri neobişnuite din care să aleagă cu uşurinţă pe cel mai memorabil. Cazul la care s-a oprit în final este foarte diferit de celelalte prezentate în această carte. Yapko nu a părut interesat să scoată în evidenţă trăsăturile ciudate ale cazului sau simptomele neobişnuite pe care le prezenta pacienta sa; ceea ce l-a impresionat mai degrabă la acest caz au fost curajul şi răbdarea de care a dat dovadă această femeie în condiţiile în care a fost în mod repetat victima unor erori medicale.

La fel ca mulţi dintre cei care au contribuit la această carte, Yapko a întâlnit acest caz la începutul carierei sale.

Pacienta i-a fost recomandată de către un alt terapeut, într-o perioadă în care programul său era foarte încărcat. La vremea aceea el se afla în plină activitate didactică desfăşurând un program de pregătire în domeniul hipnozei intensive care se adresa medicilor. Apoi a plecat să predea în străinătate. Singura modalitate de a câştiga timp pentru noua sa pacientă recomandată în regim de urgenţă a fost ca aceasta din urmă să accepte să lucreze cu el în cadrul unui program de demonstraţii clinice ca parte din workshop. Aceasta însemna că ea trebuia să vorbească despre problemele ei în faţa unor persoane străine — situaţie care de obicei ar descuraja pe cineva să-şi deschidă sufletul încă de la prima şedinţă. După cum s-a dovedit, aceasta era de departe cea mai insignifiantă dintre problemele ei.

Negru şi albastru pe dinăuntru

Vicki a fost trimisă la Yapko pentru a învăţa să-şi controleze durerea cu ajutorul hipnozei. Doar cu două săptămâni înainte ea fusese diagnosticată cu cancer. Boala făcuse metastază în tot corpul ei, cuprinzând glandele suprarenale, oasele, plămânii şi creierul. în această situaţie nu numai că mai avea puţin de trăit, dar trecea prin nişte dureri atroce pe care spera că va reuşi să le controleze cu ajutorul hipnozei.

Vicki a venit la ora programată pentru consultaţie. Era prima dată când Yapko o vedea. Ştia doar că avea o singură şansă s-o ajute pe această femeie să-şi controleze cumva durerea. Nu avea nici cea mai mică idee despre ce avea să urmeze. Femeia abia trecuse de patruzeci de ani, dar boala care îi măci-na corpul pe dinăuntru îşi pusese amprenta şi asupra înfăţişării sale exterioare făcând-o să arate mult mai în vârstă. Avea o constituţie firavă şi un păr şaten lung până la mijlocul spatelui. Se mişca greu şi era evident că suferă cumplit.

„Ştiu că nu mai am mult de trăit", a început Vicki conversaţia, „şi lucrul acesta mă preocupă foarte mult. N-aş vrea să-mi petrec timpul care mi-a mai rămas într-o stare inconştienţă indusă de medicamente."

Yapko a fost surprins şi totodată încântat de franchefea ei. El ştia că aceasta era o situaţie foarte dificilă pentru pacienta lui care trebuia să mărturisească în faţa unei săli pline cu străini că este pe moarte. Trebuia să-i uşureze cumva situaţia şi să-i câştige încrederea.

„M-am obişnuit cu ideea că am să mor", a continuat Vicki. „Dar nu asta este partea cea mai grea. Partea cea mai grea este să reuşesc ca în timpul care mi-a mai rămas să fac ce mi-am propus."

în timp ce vorbea, Vicki se tot mişca în scaun încercând să-şi găsească o poziţie cât mai comodă. Din cauza tumorilor care se înmulţiseră în tot corpul, ea avea dureri de picioare, iar unul dintre braţe era aproape imobilizat astfel încât nu putea să stea prea mult timp liniştită într-un loc. Pentru a se putea concentra mai bine asupra activităţii sale hipnoti-

ce, Yapko i-a cerut lui Vicki câteva informaţii despre natura durerilor ei.

„Mă doare foarte tare umărul", a spus Vicki. „E ca şi cum ■aş avea ceva imens înăuntrul articulaţiei, ceea ce de altfel co-respunde cu situaţia reală. Şi presează, presează, presează atât de tare de parcă oasele stau gata să explodeze. E o durere care creşte încontinuu până în punctul în care ajunge la maxim, şi parcă mai mult de atât nu se mai poate. Din cauza aceasta nu ipot să-mi mişc sau să-mi ridic braţul."

Pentru a demonstra acest lucru, Vicki a încercat fără succes să-şi mişte umărul stâng. Când vorbea, gesticula doar cu imâna dreaptă.

'• „Mă simt de parcă cineva m-ar fi lovit în umăr cu o bâtă de baseball", a spus ea, „şi mi-ar fi făcut o vânătaie oribilă.

: Numai că eu nu am vânătaie, dar dacă te-ai uita înăuntru, nu ai vedea decât negru şi albastru."

Falsa închisoare

Yapko a observat că Vicki vorbea despre simptomele şi durerile ei într-un mod care nu invita la compasiune. Avea o ati-; tudine directă şi oarecum detaşată faţă de necazurile prin care trecea. Nu la fel s-a întâmplat când a venit vorba

de furia pe care o resimțea față de numeroșii doctori pe care îi consultase de-a lungul anilor.

De foarte mult timp, Vicki suspectase că ceva nu este în regulă. Cu toate acestea, toți doctorii refuzaseră să o asculte fiind convinși că este nebună și ipohondră. Ca urmare, cancerul ei nu a fost diagnosticat la timp pentru a putea fi tratat eficient. Avea să moară pentru că nimeni nu o crezuse că era bolnavă sau că avea dureri.

Yapko i-a cerut lui Vicki să-i spună mai multe lucruri despre ea. Astfel el a aflat că în urmă cu peste douăzeci de ani, Vicki a născut-o pe fetița ei. La scurtă vreme după aceea soțul, cu care de altfel avea relații destul de reci, a internat-o în-tr-un spital de boli mentale cu ceea ce Yapko suspecta a fi fost

o depresie postpartum, dar care la acea dată a fost luată drept altceva.

„Soțul meu m-a internat într-un spital de psihiatrie", a spus ea, „unde am fost diagnosticată cu schizofrenie catatonică. Am fost astfel inclusă în rândul pacienților care nu mai aveau nici o șansă să părăsească spitalul. Iar asta a fost o etichetare îngrozitor de greu de suportat."

Intr-adevăr, de când a fost închisă din greșeală, ca să zicem așa, faima de nebună a urmat-o peste tot. Chiar și cu câteva luni mai înainte de a se întâlni cu Yapko, ea a trecut prin aceeași situație stânjenitoare când a încercat să consulte un terapeut pentru a se alătura unui grup de sprijinire.

„I-am povestit acestei femei o parte din trecutul meu", a spus Vicki, vizibil enervată de modul nefericit în care o trataseră doctorii. „De fapt mi-am petrecut aproape toată viața prin spitale. Ea mi-a spus că nu poate să mă primească în grupul ei pentru că sunt prea bolnavă —asta după ce a stat de vorbă cu mine o oră, luându-mi apoi bani pentru ședință, ceea ce cred că a fost un lucru meschin din partea ei."

Yapko ne-a explicat că, în ciuda tuturor eforturilor, Vicki nu a reușit să scape de acest diagnostic și să-i convingă pe oameni că nu este nebună. O dată ce oamenii ajung la o concluzie, este foarte dificil să le zdruncini încrederea în ea.

„în spital a continuat Vicki, „mi-au dat foarte multe medicamente psihotropice care au avut nişte efecte secundare oribile. Am încercat să le explic oamenilor... dar nimeni nu mă asculta. Ei îmi spuneau: «Ai nevoie de mai multă Torazin.» Cu cât îmi administrau mai multe medicamente cu atât mă simțeam mai rău. Am tot încercat să vorbesc cu cineva, dar nimeni nu m-a ascultat."

Acesta a devenit laitmotivul vieții lui Vicki: nici doctorii, nici soțul ei, nici măcar ceilalți membri ai familiei ei sau prietenii nu au putut să creadă sau să înțeleagă prin ce trecea ea. O dată ce a fost calificată drept „nebună" de către doctori și în ciuda reușitelor ei din viață, nimeni nu a mai luat-o în serios nici măcar atunci când încerca să le explice ce se întâmplă cu corpul ei.

Știam că aș putea

La rândul lui, când ne-a relatat povestea lui Vicki, Yapko era foarte mâhnit și furios. Era indignat de faptul că ea fusese tratată atât de mizerabil. Și de asemenea era impresionat de puterea și de resursele ei interne.

— Relația cu soțul ei a fost dureroasă. A avut parte de un mariaj foarte violent, a explicat Yapko, oferindu-ne mai multe detalii despre viața ei. în cele din urmă ea și-a părăsit soțul, dar neavând unde să se ducă a ajuns în stradă. O vreme a fost nevoită să doarmă pe la ușile oamenilor. în final s-a decis să pună cumva ordine în viața ei. Astfel a ajuns la un terapeut competent care a ajutat-o foarte mult. S-a dus și să studieze pentru a-și lua diploma de licență. în momentul în care am cunoscut-o era înscrisă la masterat. Multe din schimbările pe care reușise să le facă în viața ei erau pur și simplu uimitoare.

Yapko ne-a spus toate lucrurile acestea cu o voce aproape tremurândă. Chiar și acum, după atâția ani, încă mai era cutremurat de puterea de care dăduse dovadă această femeie.

— Atunci când trebuie să le spui unor oameni, „îmi pare rău dar mai ai doar trei sau patru luni de trăit“, acest lucru îi deprimă aproape instantaneu pe cei mai mulți dintre ei. Aveam în fața mea o femeie care avea toate motivele să fie

deprimată și probabil că trebuie să fi fost deprimată, dar care refuza să se lase învinsă.

Yapko a fost foarte curios să afle cum reușise Vicki să-și păstreze demnitatea, optimismul și speranța în fața atâtor și atâtor obstacole. El ne-a spus că acest caz a fost pentru el un moment crucial în înțelegerea naturii depresiei și a puterii pe care cineva trebuie să o aibă pentru a-i face față. A fost pur și simplu uimit de atitudinea acestei femei în fața vieții pe care o avusese și a morții care o aștepta.

„La început", i-a spus Vicki lui Yapko, „am fost devastată de faptul că nu voi obține licența. Reușisem să obțin media 4.0, ceea ce era perfect. Apoi mi-am dat seama că lecția este că

nu trebuie să obțin licența. Este la fel de important faptul că știam că aș putea să fac acest lucru."

Mai mult decât povestea vieții tale

Atât Yapko cât și terapeuții care asistau au fost foarte miș-cați de povestea lui Vicki.

— Nu cred că era cineva în sală căruia să nu-i fi dat lacrimile, și-a amintit Yapko.

Ea voia să preia controlul asupra vieții și a corpului ei. Acesta era motivul pentru care era acolo — ca să învețe hipnoza pentru controlarea durerii. Era ceva foarte special să vezi această schimbare uimitoare la cineva care fusese internat în-tr-o clinică de psihiatrie, cu diagnosticul de schizofrenie cata-tonică, cineva care dintr-un mariaj violent ajunsese în stradă și care în final devenise un student bun. Vicki a pus în lumină câteva dintre cele mai importante lecții pe care cred că ar trebui să le învățăm în viață.

în opinia lui Yapko terapeuții ar trebui să renunțe la convingerea complet eronată că viitorul unei persoane este automat dictat de trecutul ei.

— Partea cea mai dificilă a muncii mele a fost să reușesc să comunic cu fiecare dintre pacienții mei, în special cu cei cu depresii severe, să-i fac să înțeleagă că viața lor nu se reduce la trecutul pe care l-au avut. Trecutul pe care l-ai avut nu-ți dictează destinul. Poți să schimbi aproape orice aspect al vieții tale dacă reușești să ai o atitudine receptivă potrivită și să te concentrezi asupra lucrurilor care merită.

Vicki a învățat această lecție la modul cel mai dur cu putință. Ea a dovedit fără nici o urmă de îndoială că poate să depășească toate calificările care i s-au făcut: de femeie fără adăpost, schizofrenică, ipohondră, catatonică și cu tulburări de personalitate.

— Vicki ne-a descris atât de elocvent că o dată ce ai fost categorisit drept nebun, oamenii te tratează ca atare. Și chiar începi să crezi tu însuți că ești nebun. Apoi începi să te porți ca un nebun. Ajungi să trăiești conform așteptărilor lor.

Probabil că acest caz, mai mult decât oricare altul, l-a învățat pe Yapko că terapia trebuie folosită în primul rând pentru a întări puterile oamenilor și apoi pentru a reduce patologia lor.

în cele din urmă, a fost auzită

— Până la urmă, a explicat Yapko, faptul că ședințele noastre se desfășurau în fața unei săli pline cu terapeuți s-a dovedit a fi un lucru foarte valoros. Așa cum a recunoscut și ea, Vicki era o persoană cu un trecut psihiatric foarte bogat. Memoria sa avea găuri consistente ca urmare a supradozării cu medicamente și a altor lucruri care i se făcuseră în numele „tratamentului". Din cauza aceasta era foarte suspicioasă când venea vorba de psihiatri.

Și iată că lui Vicki i se făcea acum terapie în fața unei audiențe alcătuite din exact acele tipuri de oameni care o igno-, râseră și o trataseră atât de rău înainte. Acum ei ascultau. Iar ea era auzită. Timp de peste două ore neîntrerupte, avea posibilitatea să le spună multe din lucrurile pe care ea ar fi vrut ca ei să le audă cu ani în urmă.

— Ea mi-a cerut un lucru foarte clar, a zis Yapko. In esență, ea mi-a spus: „Dacă vrei să nu fi ca ceilalți doctori

atunci ai face bine să mă asculți".

La exact două minute după ce Vicki a ajuns șchiopătând la un scaun și s-a așezat, Yapko și-a dat seama ce se petrece.

— Imediat ce a spus că mai are puțin de trăit și că nu vrea să-și petreacă timpul care i-a mai rămas sedată și amețită de medicamente, am știut exact ce am de făcut. Ea folosea expresii precum „o parte din mine spune asta...", „o parte din mine spune altceva...". Era foarte clar că ea gândea în termeni disociativi sau compartimentați. Astfel am știut că ținta noastră era anestezia hipnotică, iar mecanismul trebuia să constea într-un fel de disociere.

Yapko vorbea despre metoda sa hipnotică în care el adapta acest proces la limbajul, metaforele, gândirea, personalitatea și nevoile specifice fiecărui pacient.

— Aș fi putut să fac ședința exact în cinci minute după întâlnirea cu ea, dar era evident că ea avea nevoie să vorbească. Așa că am lăsat-o să vorbească. Simpatizam cu situația ei și o compătimeam și i-am reîntărit forțele. în ciuda faptului că fusese atât de prost tratată de către medici, ea reușise să treacă peste atitudinea lor și să-și construiască o viață proprie. Cât de puternică trebuie să fi fost dacă a putut să facă lucrul acesta! Câtă clarviziune trebuie să fi avut pentru a fi în stare să facă lucrul acesta! în tot timpul cât a durat interviul, nu am făcut altceva decât să-i dau dreptate și s-o apreciez pentru ceea ce spunea.

Transa

După prima oră în care Vicki și-a spus povestea, Yapko a reușit să strângă toate informațiile de care avea nevoie, despre trecutul ei, stilul, imaginile favorite și pattern-urile limbajului ei, astfel că a putut să organizeze o ședință de hipnoză care a corespuns perfect situației ei.

„Respiră adânc de câteva ori ca să te relaxezi", a îndrumat-o el. „Când simți că ești gata, Vicki, lasă-ți ochii să se închidă. Un timp nu trebuie decât să te cufunzi în tine."

La început, Yapko s-a comportat cât mai îngăduitor cu putință, invitând-o cu blândețe să se relaxeze, să-l asculte fără să se teamă și să aibă încredere atât în metodele lui cât și în propriile ei resurse interne.

„Nu trebuie decât să-ți îngădui luxul special de a-ți lăsa mintea să călătorească sau să se relaxeze... Poate să se întâmple o mulțime de lucruri sau poate să nu se întâmple nimic... Poate să te asculte sau poate să nu te asculte..."

în loc să aplice metoda hipnozei tradiționale, care presupune instrucțiuni directe și foarte simplu de urmat, Yapko a preferat să-i dea lui Vicki posibilitatea să aleagă, să o împuter-

nicească, să o lase să dețină controlul asupra procesului ei de autodescoperire. De asemenea, el a făcut ceva unic în cadrul acestui tip de hipnoză ușoară, în sensul că a accentuat anumite cuvinte cu scopul de a induce unele sugestii care sunt în-criptate în ele. Este vorba despre un anumit fel de sugestii hipnotice de care în general nu avem cunoștință pentru că ele ocolesc conștientul și micșorează totodată rezistența.

„Pentru că mintea este atât de complexă, a continuat Yapko pe un ton blând, liniștitor, este foarte avantajos și reconfortant să știm că în timp ce conștientul tinde să se centreze asupra a ceea ce îi captează atenția pe moment, există în noi o parte mult mai profundă care poate cu adevărat să ajungă la un nivel surprinzător de relaxare și confort."

Yapko accentua cuvintele confort, profund și relaxare, cu scopul de a se folosi de ele mai târziu în încercarea de a facilita și mai mult integrarea lui Vicki în acest proces.

— Am făcut o ședință de hipnoză destul de lungă, ne-a spus Yapko. A durat aproape patruzeci și cinci de minute, adică peste o ședință obișnuită. Știam că aceasta avea să fie singura ei ședință cu mine. Nu eram terapeutul ei. Aveam rolul de consultant care trebuia să o învețe o anumită deprindere. Erau atâtea lucruri pe care aș fi vrut să pot să le fac direct și indirect pentru a o ajuta în rolul meu de consultant.

Yapko a explicat că hipnoza este o metodă cu ajutorul căreia poți să-i ajuți pe oameni să-și schimbe experiențele lor subiective, percepțiile pe care le au asupra realității, indicându-le anumite puncte focale asupra cărora să se concentreze.

— Depinde de lucrul asupra căruia îndrepți atenția oamenilor și de modul în care le focalizezi atenția asupra lui ca să reușești să generezi diferite tipuri de experiențe.

El ne-a oferit un exemplu în acest sens. Dacă asculți o melodie în timp ce privești apusul soarelui și asta în opoziție cu în timp ce încerci să citești, vei tinde să te concentrezi asupra unor lucruri diferite și să auzi lucruri diferite.

— în acest caz anume, voiam să o fac pe Vicki să se lase absorbită de experiența sa interioară. I-am dezvăluit o serie de metode de a-și percepe corpul într-un mod foarte diferit.

Pentru a susține acest punct de vedere, Yapko a amintit o serie de cercetări care demonstrau că hipnoza este una dintre cele mai bune metode de a controla durerea în special atunci când oamenii sunt învățați să se disocieze de ceea ce se petrece în corpul lor.

— Prin disociere înțeleg că oamenii abordează experiențele lor globale și le desfac în părțile lor componente. După aceea, poți să amplifici un element al experienței unei persoane prin simplul fapt de a-1 aduce în centrul atenției, ceea ce reduce intensitatea celorlalte elemente. Cu alte cuvinte, aducând pe cineva în situația de a se concentra total asupra identificării gândurilor sale, îl determini astfel în mod indirect să înceteze să se mai concentreze asupra a ceea ce se petrece în corpul lui în acel moment. Când te concentrezi asupra unui aspect al experienței, simultan scade atenția ta asupra celorlalte aspecte.

In cazul lui Vicki, Yapko a ajutat-o să se detașeze de corpul ei până în punctul în care ea putea să-l resimtă ca pe un loc mult mai confortabil în care să poată trăi. El a ajutat-o să simtă amorțeală în acele părți ale corpului care de regulă erau cele mai dureroase, în special în picioare și umăr. Cel mai important lucru a fost că ea a putut să învețe să facă singură aceste lucruri și să se folosească după terminarea ședinței de deprinderea pe care o dobândise după cum credea de cuviință.

Deschide ochii

„Fără să ieși din această stare de relaxare", i-a spus Yapko lui Vicki în momentul în care a început să o chestioneze despre calitatea experienței hipnotice din care nu ieșise încă, „ai putea să constați un lucru deosebit de interesant, și anume că gâtul și vocea ta sunt atât de confortabile și relaxate încât poți să-mi descrii ceea ce simți."

„Senzația de arsură la inimă a dispărut."

„Bun. Corpul tău este confortabil."

„II simt ușor."

Yapko primea acum feedback de la Vicki referitor la faptul că durerile ei, chiar și acelea mai superficiale, cum ar fi senzația de arsură la inimă, se disipaseră.

„Este o experiență interesantă, nu-i așa? Să ai corpul în transă... Să ai mintea confortabilă.... Și cât de departe este corpul tău de locul în care ești acum?"

„Nu este prea departe."

„Suficient de aproape pentru când ai nevoie de el. Și destul de departe pentru ca să te simți cu adevărat confortabil."

Vicki a continuat să-i raporteze cum se simțea, ce senzații experimenta și în ce măsură durerea ei se diminuase. Yapko a pus încă o dată în evidență ceea ce reușise ea să facă și totodată a asigurat-o că va putea să repete această experiență de câte ori va avea nevoie. Apoi a trezit-o încet din transă aducând-o înapoi în camera unde se aflau.

„Când simți nevoia... când ești gata... poți să deschizi ochii."

Ochii lui Vicki s-au zbătut ca și când ar fi fost lipiți. Ea încerca să-i deschidă, dar lumina era prea tare iar ea se simțea în continuare atât de confortabil, atât de liniștită. Nu avea nici o tragere de inimă să rupă vraja și să deschidă din nou ochii.

„Așteaptă un moment", a încurajat-o Yapko. „Nu trebuie să te reorientezi complet... nu încă."

Vicki a așteptat câteva secunde, a clipit, după care a deschis ochii și și-a potrivit poziția.

„Cum te simți?" a întrebat-o Yapko zâmbind.

„Mi-a plăcut foarte mult! Am ajuns atât de ușor acolo. Sper să nu uit."

Yapko a asigurat-o că va primi o casetă cu înregistrarea ședinței pe care va putea să o revadă de câte ori dorește.

„Ei bine", a spus Vicki, „a fost o experiență foarte plăcută."

„Asta e bine a replicat Yapko. „Ai vrea să..."

„Da!" a răspuns Vicki înainte ca el să termine ce avea de spus.

Yapko a fost foarte surprins să constate că cineva care până atunci nu avusese deloc încredere în medici era gata să accepte orice i-ar fi cerut el, chiar înainte de a ști despre ce este vor-

ba. Era foarte mândru de faptul că reușise să stabilească o relație atât de solidă cu ea și într-un timp atât de scurt.

„Voiam să te întreb dacă ai fi de acord să răspunzi la niște întrebări din partea publicului."

Vicki a acceptat imediat și chiar s-a bucurat că a avut ocazia să vorbească despre experiența ei unor doctori care în cele din urmă ajunseseră să o asculte și să o considere ca fiind persoana cea mai avizată să vorbească despre experiența ei. Se produsese o adevărată răsturnare a situației cu care fusese obișnuită.

Epilog

La câteva zile după ședință, Yapko a primit un bilet de mulțumire din partea lui Vicki în care ea îi mărturisea cât era de recunoscătoare pentru acea experiență. Când a primit biletul, el era deja plecat din țară.

în primele câteva săptămâni după consultație, Vicki a fost în stare să se uite la caseta video pe care era înregistrată ședința și să practice tehnicile de controlare a durerii pe care le învățase. în ciuda tratamentului cu radiații și a chimioterapiei, tumorile au continuat să-i macine corpul și ea nu a mai putut să se urmărească pe film, mai ales după ce frumosul ei păr lung i-a căzut. în schimb, ea a folosit o casetă audio cu ședința respectivă pentru a-și dirija singură ședințele de controlare a durerii.

Când cancerul de la creier s-a extins și mai mult, Vicki a început să aibă crize, iar capacitatea ei de a se concentra s-a diminuat foarte mult. A murit la mai puțin de opt săptămâni după ședința cu Michael.

Lecții de învățat

t !

Yapko consideră că acest caz poate să ofere un număr de lecții importante nu numai terapeuților dar și celorlalți oameni.

— Oamenii sunt uneori atât de intimidați de doctori încât ajung să accepte pasiv situațiile în care aceștia nu le acordă atenția cuvenită. în loc să pretindă o îngrijire de calitate, Vicki s-a lăsat să devină victimă. Ea și-a asumat

întreaga responsabilitate pentru acest lucru. în mod cert ea a vrut să comunice ; oamenilor mesajul că doctorii nu sunt niște zei. Doctorii fac greșeli. Doctorii sunt orbiți de propriile lor convingeri, preju-! decăți și așteptări. Dacă nu ai încredere în tine, dacă nu lupți j pentru convingerile tale, poți deveni foarte ușor o victimă — t uneori cu consecințe fatale, așa cum a fost cazul cu Vicki. Cei ' mai mulți dintre oameni nu vor trece niciodată prin acele ex-f perienţe oribile de care a avut parte această femeie. Ei nu vor fi aruncați într-un spital psihiatric, diagnosticați cu schizofrenie catatonică și dopați cu medicamente până ajung în comă.

1 Majoritatea nu vor fi victime ale violenţei fizice în căsniciile • lor și nu vor sfârși prin a ajunge în stradă. Dar simplul fapt că Vicki a fost în stare să răstoarne atât de dramatic această situație trebuie să convingă pe oricine că trecutul nu poate să

ne dicteze viitorul.

Erau atâta tristețe și frustrare — și totodată o furie nestăpânită — în vocea lui Yapko când discuta despre acest caz. El avusese loc cu doi ani în urmă, dar Yapko încă se mai gândea foarte mult la Vicki și folosea în continuare acest caz ■ pentru a-i învăța pe terapeuți cât de important este să asculți fără prejudecăți, să găsești și să amplifici puterile fiecărei persoane în loc să te concentrezi asupra aspectelor patologice. Yapko este convins că aceste perspective le sunt mult mai folositoare oamenilor decât orice altă tehnică uti

lizată de terapeuți.

— Din păcate, lucrurile nu s-au schimbat, a spus Yapko. Mă uit ce se petrece în domeniul nostru. Țara asta este atât de fascinată de medicamente încât a ajuns să consume 75 la sută din producția mondială de Prozac și 90 la sută din cea de Ritalin. Companiile de medicamente își folosesc incredibila lor influență pentru a-i convinge pe oameni că dificultățile pe care le au în viață se datorează mai degrabă unui dezechilibru ne-urochimic și nu circumstanțelor în care trăiesc.

Pe măsură ce vorbea despre acest subiect, vocea lui Yapko devenea din ce în ce mai aprinsă.

— Până și psihologii, a spus el cu dezgust, care ar trebui să se opună consumului masiv de medicamente, cer ei înșiși privilegii pentru prescrierea acestora. Și încet-încet, ei le obțin. Așadar, în loc să arate că pot aborda tulburările psihice și în alt mod decât o fac doctorii care apelează doar la medicamente, au trecut ei înșiși de partea celor care militează pentru această soluție.

Moștenirea lăsată de Vicki lui Yapko și, speră el, multora dintre aceia pe care i-a instruit, este că a-i asculta pe oameni este mult mai important decât a-i eticheta și este cel puțin la fel de important ca orice alt mijloc de tratament.

In cazul acesta era vorba de o femeie care avea toate motivele să fie deprimată. Ea era pe moarte. Avea adesea dureri cumplite. In cele din urmă a reușit să-și ia viața în mâini și asta într-un moment în care mai avea foarte puțin timp la dispoziție. Era îndreptățită să se simtă dezgustată, să fie furioasă — și evident, deprimată — și, cu toate acestea, până la ultima suflare ea a refuzat să devină victima disperării și a durerii.

Capitolul doisprezece

Albert Ellis

Femeia care ura pe toată lumea

Ibert Ellis, cel care a elaborat Terapia Comportamentului Raţional-Emotiv (REBT-TCRE), este unul dintre cei mai influenţi teoreticieni din istoria psi-

hoterapiei. în anii '50, când această disciplină era dominată în principal de psihanalişti, Ellis a dezvoltat o formă comprehensivă de terapie care îi ajută pe oameni să examineze felul în care gândurile şi convingerile lor interioare le determină sentimentele şi comportamentele. Aceasta s-a numărat printre primele terapii de scurtă durată rămânând una dintre cele mai populare abordări din practica terapeutică actuală.

în ultimele decenii, Al a activat la Institutul Albert Ellis din New York. De aici el a desfăşurat numeroase călătorii prin toată lumea, ocazie cu care a contribuit la promovarea metodelor cognitive. Contribuţiile sale academice sunt de-a dreptul uimitoare, el fiind autorul a peste şase sute de articole şi aproape şaizeci de cărţi. Prima sa carte, How to Live with a Neurotic (Cum să trăieşti cu un nevrotic), a scris-o acum cincizeci de ani. De atunci, el a publicat numeroase cărţi pentru profesionişti, cum ar fi: Reason and Emotion in Psychotherapy (Raţiune şi emoţie în psihoterapie) şi Growth Through Reason (Raţiune şi educaţie), două lucrări foarte cunoscute care au lansat revoluţia terapiei cognitive. Totodată el a scris zeci de cărţi destinate publicului larg despre cum să aplici strategiile comportamentului raţional-emotiv pentru a contracara patlern-ur'de de gândire iraţionale şi de autoapărare. Printre cele mai popidare lucrări ale sale se numără: A Guide to Rational Living (Ghid pentru traiul raţional), Sex Without Guilt (Sex fără vină); How to Control Your Anger Befor It Controls You (Cum să ajungi să-ţi controlezi mânia înainte de a te controla ea pe tine) şi How to Stubbornly Refuse to Make Yourself Miserable About Anything — Yes, Anything (Cum să refuzi cu încăpăţânare să te simţi mizerabil în orice ocazie — da, în orice ocazie).

Deşi se apropie de vârsta de nouăzeci de ani, .Ellis nu şi-a pierdut prea mult din înţelepciunea sa acerbă şi din dorinţa puternică de a descoperi cât mai rapid posibil esenţa comportamentului dis-funcţional.

în acest capitol, ne-am dat toată silinţa să păstrăm pe cât posibil vocea teoreticianului în situaţia în care Ellis are un limbaj propriu, adeseori presărat cu abrevieri pe care le-a inventat pentru a descrie fenomenele pe care le observă. El este, de asemenea, cunoscut pentru modul său de a vorbi foarte direct şi tăios... Totodată se poate spune că în cei şaizeci de ani de practică, Ellis nu a mai întâlnit pe altcineva — coleg, student sau client — care să fi încercat atât de mult, precum pacientul din acest caz, să-i intre sub piele. A trebuit să dea dovadă de multă hotărâre şi autocontrol pentru a rămâne calm în faţa singurei persoane care l-a învăţat cele mai multe lucruri despre ce înseamnă să ai răbdare.

ASN, ANC şi ANV

Descriind cel mai memorabil caz pe care l-a avut şi care a apărut într-un grup de terapie pe care îl conducea, Ellis ne-a familiarizat rapid cu limbajul unic de diagnosticare pe care îl utiliza pentru a califica diferitele modalităţi în care oamenii ajung să se supere pe ei înşişi.

— Dorothy avea practic tot ce există sub soare în materie de simptome pe care eu încerc să le modific prin terapie. In primul rând, ea avea un grad scăzut de ASN — adică acceptare de sine necondiţionată. Ea se desconsidera masiv şi nu contenea să se pedepsească pentru felul în care credea ea că este. în al doilea rând, era foarte ostilă faţă de mulţi oameni din jurul ei şi practic nu avea ANC (acceptarea necondiţionată a celorlalţi).

Ellis ne-a spus că Dorothy avea un simţ critic deosebit de acut faţă de ea însăşi şi în special faţă de ceilalţi. Ea îi supăra foarte mult pe cei care făceau parte din grupul ei de terapie şi din viaţa ei în general, acuzând şi blamând din plin pe fiecare în parte pentru că nu se ridica la nivelul aşteptărilor ei. O bună parte din furia ei s-a răsfrânt asupra lui Ellis.

Ca şi când aceste lucruri nu ar fi fost de ajuns, lui Dorothy îi lipsea cu desăvârşire ceea ce Ellis numeşte ANV — acceptarea necondiţionată a vieţii. în loc să încerce o oarecare detaşare, ea se împiedica de orice lucru îi apărea în

viață. Era în permanență furioasă și extrem de intolerantă, motiv pentru care a reușit să-i îndepărteze pe aproape toți cei cu care venise în contact.

— O bună parte a ostilității ei, a spus Ellis, era adresată mamei ei pe care o considera cea mai mare ticăloasă din lume. La serviciu, toată lumea era „de-a dreptul insuportabilă". Când era în grupul de terapie se certa tot timpul cu ceilalți. De multe ori urla chiar și la mine și mă acuza de tot felul de înșelătorii.

Ellis a văzut-o pe Dorothy timp de doi ani atât în cadrul terapiei de grup cât și al celei individuale. Chiar și așa, ea simțea că nu are destule oportunități pentru a-și elibera mânia, astfel că a început să meargă în paralel și la alt terapeut doar pentru a putea lua în bătaie două ținte dintr-o dată.

•— Nu am văzut niciodată pe cineva atât de înverșunat împotriva oamenilor. Nu trebuia decât să pomenești pe cineva și imediat își dezlănțuia furia împotriva lui. Poți să spui că era un geniu în privința asta.

Furia controlată si dezlănțuită

! t

In timpul unei ședințe de grup, Ellis a spus ceva care a scos-o din minți pe Dorothy. El i-a atras atenția că fiind tot timpul nervoasă și cu capsa pusă nu va obține niciodată ce dorește. Din contră!

— Nu am auzit niciodată ceva care să semene cu tirada care a urmat, și-a amintit Ellis. Ea s-a dezlănțuit împotriva mea, a instituției noastre, a lumii întregi și a tot ceea ce-i trecea prin minte în acel moment. A început să urle la mine și să mă amenințe că mă va da în judecată și mă va pedepsi. Mi-a spus că nu sunt bun de nimic și că nu o ajut deloc.

Ceilalți membri ai grupului au încremenit. Ei știau că dacă se apucă să vorbească cu Dorothy când era într-una din fazele astea, ea o să-și direcționeze furia asupra lor. Prin urmare, ei o evitau iar lucrul acesta nu o ajuta deloc ci o stârnea și mai mult împotriva lor. Din punctul ei de vedere, nu aveau decât să se ducă cu toți la dracu' pentru că nu erau în stare să o ajute cu nimic.

In privința relațiilor sale interpersonale exista un aspect de-a dreptul straniu. La locul de muncă — lucra ca secretară — era foarte eficientă. Intr-un fel ea reușea să se abțină să vorbească în timpul orelor de lucru, evitând astfel să intre în contact cu colegii ei atât de străini de ceea ce o frământa pe ea. Asta nu însemna că ei îi plăcea cineva de la serviciu — de fapt ea avea un dispreț universal față de ei — dar, într-un fel, găsise o cale de a-și ține sub control vocea sa critică cel puțin până ieșea de la muncă.

Cum a ajuns ea așa

L-am întrebat pe Ellis cum poate cineva să ajungă să-i urască atât de mult pe ceilalți semeni și să fie atât de critic la adresa lor. Pentru cei care sunt familiari cu teoria lui despre puterea gândirii în formarea comportamentului, răspunsul lui constituie o excepție de la regula obișnuită.

— Cazul lui Dorothy este similar cu multe alte cazuri de tulburări foarte severe de personalitate, a explicat Ellis. Aproape întotdeauna atât ereditatea cât și mediul ambiant duc la aceste tulburări. Din câte mi-am dat seama, mama și toate rudele ei pe linie maternă au avut tulburări de personalitate foarte severe. Cred că Dorothy ar fi putut să fie diagnosticată cu ; 0 tulburare asemănătoare. Cazul ei era totuși mult mai com-plicat deoarece prezenta numeroase și variate simptome. De , la vârsta de doi sau trei ani, ea suferea de o depresie puternică și adeseori avea gânduri sau dorințe sinucigașe. Bineînțe-' Ies, aceste simptome se datorau în bună măsură unor factori ambientali importanți cum ar fi faptul că mama ei era extrem

de intolerantă și o critica foarte aspru.

— Dorothy nu se accepta pe sine decât ocazional când performanțele ei erau excesiv de bune. Dar dacă făcea cea mai mică greșeală — sau dacă altcineva din jurul ei se făcea vino-■ vat de o eroare, oricât de mică — ea declanșa un

adevărat potop de acuzaţii la adresa ei. Şi vreau să spun potop cu P mare!

Ellis s-a străduit foarte mult pentru a o face pe Dorothy să înţeleagă conceptul de acceptare de sine necondiţionată. Acesta presupune ca, indiferent de ceea ce faci şi de cât de lamentabil te porţi, să te accepţi totuşi şi să te apreciezi ca persoană în continuare. Accepţi păcătosul, a subliniat el, dar nu păcatul. Pur şi simplu recunoşti că ai făcut mai puţin decât ţi-ai propus şi apoi să treci mai departe. Trebuie să înveţi din greşelile tale, nu să-ţi pierzi timpul gândindu-te obsesiv la ele şi blamându-te la nesfârşit.

în repetate rânduri, Ellis a pus în discuţie aceste lucruri. De asemenea, el le-a cerut celorlalţi membri ai grupului să argumenteze şi să întărească aceste idei, iar lui Dorothy i-a fixat anumite teme pentru acasă. Cu toate acestea ea a refuzat să se supună şi a continuat să fie extrem de critică şi de negativistă. Ellis a subliniat în repetate rânduri că Dorothy ca persoană nu era aceeaşi cu ceea ce făcea sau nu făcea.

„Nu e cu putinţă ca tu să te defineşti prin ceea ce faci" i-a spus Ellis, „pentru că dacă te porţi bine şi prin urmare eşti o persoană bună, în viitor va trebui să te porţi mereu

în acest fel. Dacă, din anumite motive, te porţi rău atunci vei deveni din nou o persoană rea. Mai mult, dacă devii o persoană rea asta înseamnă că de aici înainte te vei purta întotdeauna rău."

Uneori, Dorothy părea că înţelegea şi că acceptă această logică a iertării, dar nu a reuşit să o aplice niciodată în mod consecvent. De fiecare dată când eşua într-un fel sau altul sau când constata că cei din jurul ei nu acţionează perfect, ea lua acest lucru drept un păcat îngrozitor, de neiertat şi care nu putea fi rectificat.

Tolerantă extrem de scăzută fată de frustrare

f /

Deşi Ellis este specialist în tratarea clienţilor cu o toleranţă scăzută a frustrării, el a mărturisit că nu a mai întâlnit niciodată pe cineva care să aibă această problemă într-un mod atât de serios cum era cazul cu Dorothy. Un exemplu tipic: ca să ajungă la serviciu din Brooklyn unde locuia, ea lua întotdeauna autobuzul pentru că metroul era prea aglomerat şi ar fi putut să nu găsească nici un loc liber. Se trezea cu o oră mai devreme decât era necesar, ca să fie absolut sigură că va sta pe scaun până va ajunge la destinaţie.

Dorothy se întorcea de la serviciu la o oră de maximă aglomeraţie astfel că era imposibil să găsească un loc liber şi era nevoită să stea în picioare. Ce credeţi că făcea? Ea începea să plângă pentru că era foarte furioasă pe toţi acei oameni care stăteau pe scaune şi care „nu aveau absolut nici un drept să mă lipsească de un loc pe care eram complet îndreptăţită să-l am!" Prin urmare, aproape în fiecare seară din cursul săptămânii, de îndată ce intra într-un metrou aglomerat ea izbucnea într-o cascadă de lacrimi şi de bocete aprinse. Ceilalţi călători începeau imediat să se alarmeze gândindu-se că este bolnavă şi, în mod inevitabil, cineva renunţa la locul său în favoarea femeii înnebunite. Dar nici asta nu o liniştea: încă vreo douăzeci de minute continua să plângă şi să ţipe, urându-i de moarte pe toţi cei care se aflau în tren, inclusiv pe cel care-i oferise locul.

Când Ellis şi ceilalţi membri ai grupului i-au sugerat că „oroarea" de a sta un timp în picioare într-un metrou cu greu poate să justifice mânia ei extremă, Dorothy nici măcar nu a vrut să admită că era posibil să fi reacţionat oarecum exagerat. De fapt, ea credea că toţi ceilalţi membri ai grupului sunt nişte ticăloşi, la fel de nedemni de luat în seamă ca şi cei din metrou.

; Fata care mesteca gumă

Pentru orice terapeut, unul dintre cele mai plăcute momen-j te apare atunci când întâlneşte un caz care este atât de provo-f câtor, atât de departe de orice situaţie cu care a avut de a face j. până atunci, încât îl obligă să găsească o nouă modalitate de ţ a-1 aborda. Ellis a întâlnit exact o asemenea situaţie în momen-L tul în care tehnicile lui cele mai simple şi mai eficiente, testa-; te de-a lungul timpului, s-au dovedit incapabile de a străpunge armura defensivă a lui Dorothy şi de a pune capăt furiei ei.

; într-o seară, ea a ajuns la şedinţa de terapie de grup într-o stare de furie sălbatică. (Dacă Dorothy era supărată, tot mapa-! mondul era la curent cu ce se întâmplase.) La ora 7.30 diminea-■ ţa, în drumul ei către serviciu, ea s-a trezit (stătea jos!) într-un metrou foarte aglomerat în care aproape că nu putea să respire. în vagon se afla o fetiţă de vreo zece ani care mesteca gumă : şi făcea baloane pe care le spărgea cu mult zgomot. Din cauza aglomeraţiei Dorothy nu putuse să scape de ea. Douăsprezece , ore mai târziu, când povestea grupului despre acest incident, ⁝ Dorothy era încă extrem de furioasă din cauza „lipsei incredi-• bile de respect şi a egoismului îngrozitor" de care dăduse dovadă fetiţa. „Am simţit nevoia acută să o omor pe fata aceea

care mesteca gumă!" a strigat ea în faţa grupului.

, „Aş omorî-o chiar acum, aş tăia-o într-un milion de bucăţi j şi aş distruge-o complet! Nu! Aş tăia-o în două milioane de bu-1 căţi şi i-aş arăta ce jigodie a fost pentru că m-a ţinut cu cruzi-5; me în trenul acela aglomerat. Mi-ar plăcea atât de mult să o ţ spintec în bucăţi! Merită asta!"

Ellis a văzut o grămadă de lucruri la viaţa lui, dar explozia asta întrecea orice. Oare Dorothy exagera când spunea că îşi doreşte cu disperare să o omoare pe fetiţa de zece ani?

Dorothy a confirmat cele mai negre temeri ale grupului continuând în acelaşi stil:

„Chiar dacă aş fi arestată şi condamnată pentru uciderea fetei tot ar meritai Fiarele egoiste ca ea ar trebui exterminate — şi aş fi extrem de fericită să fiu trimisă pe scaunul electric pentru că am spintecat-o în bucăţi mici şi am scuipat apoi pe ele!"

„Nu înţeleg ce a fost atât de îngrozitor, a abordat-o precaut o membră a grupului, că a trebuit să cedezi în faţa unui plescăit de gumă din metrou. Am văzut lucruri..."

„Tu nu ai fost acolo'.", a ţipat Dorothy la ea. „Nu ştii cât de tare se auzea! A fost unul dintre cele mai îngrozitoare lucruri pe care le-am auzit vreodată. Nu numai puştoaica aia îngrozitoare şi nepoliticoasă ar trebui să fie trimisă într-un lagăr de concentrare, dar şi părinţii ei ar trebui băgaţi la închisoare şi pedepsiţi aspru pentru că au educat-o în felul acesta. Da, închişi şi pedepsiţi!"

„Stai puţin", a întrerupt-o Ellis. „Uită-te la tine şi la lucrurile pe care le spui." Intorcându-se către membrii grupului, el a întrebat: „Poate cineva să o ajute pe Dorothy să-şi dea seama că lucrurile pe care le spune cu atâta convingere sunt iraţionale, de-a dreptul nebuneşti? Am discutat de atâtea ori despre astfel de situaţii încât ştiţi foarte bine că de fapt fetiţa aceea nu are nimic de-a face cu furia lui Dorothy. De fiecare dată, ea şi-o provoacă singură iar voi puteţi să-i arătaţi cum să înceteze să mai reacţioneze astfel."

„Dorothy are probleme serioase cu folosirea verbului «a trebui»", a strigat o femeie din grup, apoi s-a lăsat cât mai în jos pe scaunul ei.

Altul a sugerat:

„Ea îşi spune că fetiţa nu ar trebui să se poarte aşa — că trebuie să fie mai atentă."

„Asta aşa e", a încuviinţat Ellis. „Dorothy, tu «trebuieşti» peste tot. Pretinzi şi ordoni ca această fetiţă să fie altfel de cum este doar pentru că te deranjează mestecatul ei de gumă."

Ellis s-a uitat din nou la cei din grup şi a întrebat:

„Şi ce altceva credeţi că mai face Dorothy?"

„Ea «îngrozitoreşte»", a strigat Dan, un alt membru al grupului, iar câţiva au început să râdă aprobator. Celor din grup le plăcea să o înfrunte pe Dorothy pentru că aceasta obişnuia să se amestece în problemele tuturor.

„Bine", l-a încurajat Ellis. „Dan, explică-i lui Dorothy ce ai vrut să spui. Noi am discutat despre lucrurile astea de nenumărate ori, dar lui Dorothy i-a fost foarte greu să înţeleagă că, deşi unele lucruri pot fi incomode, numindu-le

îngrozitoare, noi nu le schimbăm ci mai degrabă le facem să apară și mai rele decât sunt în realitate."

„Doar prin faptul că își spune încontinuu că zgomotul ba-loanelor sparte de către fetiță este catastrofal și de nesuportat, Dorothy nu face decât să se supună unei forme cumplite de tortură. Ea susține că acesta este cel mai rău lucru care i s-a întâmplat vreodată și că nimic nu poate fi mai rău."

„Dan, spune-i asta lui Dorothy", l-a îndemnat Ellis în momentul în care a observat că acesta se uita la el atunci când vorbea. „Eu știu destul de bine lucrurile astea."

Membrii grupului au râs nervos, nu atât din cauza glumei ci pentru că așteptau din moment în moment ca Dorothy să explodeze din nou.

Dan a încercat să se uite la Dorothy. Se vedea că îi era teamă să o înfrunte.

„Spuneam că ea... Adică, spuneam că tu, Dorothy, exagerezi și faci din incidentul acesta mic o adevărată catastrofă. Ai fi putut mai degrabă să-ți spui: «Da, zgomotul pe care îl face copilul ăsta mestecând gumă este supărător dar în nici un caz nu este îngrozitor sau terifiant»"

A urmat tăcere deplină. înainte să continue discuția, cei din grup voiau să vadă dacă cele spuse de Dan și-au atins ținta.

Dorothy nu scotea nici un cuvânt. Ellis nu-și dădea seama dacă ea se gândea la cele ce i se spuseseră acolo sau dacă era pur și simplu bosumflată.

— Pentru un timp, și-a amintit Ellis, am continuat dialogul, iar Dorothy ne-a uimit prin calmul de care a dat dovadă. Ea dă-

dea din cap în semn că înțelegea ceea ce îi spuneau cei din grup. In cele din urmă, și-a dat seama că ceea ce se petrecuse în metrou nu era deloc îngrozitor. Dar tot a rămas furioasă.

Temă pentru acasă

Ellis i-a dat lui Dorothy o temă pentru acasă — ea trebuia să-și combată cu multă forță și hotărâre convingerea ei irațională că fetița din metrou greșise și că trebuia să fie pedepsită și încartiruită pentru că fusese „îngrozitor de egoistă". Dorothy a acceptat această sarcină și a fost de acord să se întoarcă săptămâna următoare și să spună ce a făcut.

„Ți-ai făcut tema?" a fost întrebată Dorothy la următoarea ședință.

„Mda", a răspuns ea sfidător. „Și ce?"

„Ei bine", a încurajat-o Ellis să continue, „cum te simți acum?"

„Cum mă simt?" a țipat Dorothy, „vrei să știi cum mă simt acum?" Pe măsură ce se ambala vocea ei devenea din ce în ce mai ascuțită. „Aș vrea să o strâng de gât pe fetița aia până se înează cu guma ei de mestecat cu tot. Merită să moară pentru comportamentul ei necioplit."

Ceilalți membri ai grupului erau din ce în ce mai îngrijorați și mai speriați. Știau că Dorothy nu o va urmări pe fetiță ca să o omoare, dar nu mai văzuseră niciodată pe cineva care să fie atât de supărat pentru un lucru de-a dreptul insignifiant. Ellis a insistat ca ea să-și termine tema pe care i-o dăduse cu o săptămână în urmă.

Dorothy s-a întors săptămâna următoare și a declarat că a continuat să se gândească la fetiță și la faptul că voia să se răzbune pe ea. Perseverent ca întotdeauna, Ellis i-a cerut pentru a treia oară lui Dorothy să-și pună îh discuție pretențiile ei iraționale față de ceilalți până îh momentul în care va înceta să mai fie furioasă.

Se pare că a treia oară cerința lui a fost îndeplinită. în cele din urmă, Dorothy a spus că a încetat să mai fie furioasă

din

cauza fetiței. Ea a admis (deși nu-i făcea plăcere) că fetița avea tot dreptul să mestece gumă și să spargă baloanele pe care le făcea și, cu toate că acest comportament este nepoliticos, nu reprezintă sfârșitul lumii. Dar înainte ca Ellis să apuce să o felicite pentru acest pas, Dorothy a început să peroreze pe o altă temă, îndreptându-și de data aceasta mânia împotriva lui pentru că, spunea ea, îi luase al naibii de mult să o ajute.

„Uite", i s-a adresat Ellis, „chiar acum, în momentul acesta, când ești atât de pornită împotriva mea, ce îți spui în sinea ta care te face atât de furioasă?"

„Că ești un idiot", a ripostat Dorothy. „Ce zici de asta pentru început?"

„Bine", a răspuns calm Ellis. O știa pe Dorothy de atâta vreme încât acum era mai degrabă amuzat de stilul ei. „Asta e tot ce poți?"

„Mă întreb dacă ai reușit vreodată să ajuți pe cineva cu rahatul ăsta. REBT are cu siguranță părțile ei bune dar nu în felul în care o faci tu. Și chestia asta pe care tu o numești institut... nu-mi vine să cred că cineva e în stare să lucreze aici pentru mai mult timp. E o tâmpenie ce ne înveți tu aici! Tu numești asta terapie?"

„Să presupunem că tot ce spui tu este adevărat", a acceptat Ellis. „Să presupunem că mi-am făcut absolut îngrozitor treaba cu tine și că toată lumea este de acord că sunt al naibii de prost ca terapeut. Să presupunem că terapia pe care o facem noi aici la institut este cea mai rea din câte au existat vreodată. La ce bun să te înfurii pe mine? în felul ăsta nu-ți faci decât rău și cu siguranță că furia ta nu te va ajuta să mă schimbi."

Oricât de ciudat ar părea, Dorothy a continuat să vină la terapie, deși susținea că lucrul ăsta o ajuta foarte puțin. Ce-i drept, nu prea avea de ales. Avea treizeci și cinci de ani și o bună parte din viața ei și-o petrecuse la ședințele de terapie, în momentele în care renunța să mai ceară ajutor, anxietatea și depresia ei se accentuau.

Mai târziu, Dorothy a început să aibă probleme medicale serioase. Ea a consultat mai mulți doctori, dar pentru că era o

persoană atât de dificilă și de refractară la recomandările doctorilor, ea nu a reușit să se îngrijească de sănătatea ei mai mult decât de celelalte aspecte ale vieții ei. I s-a spus că are o formă serioasă de cancer și că trebuie să se opereze urgent pentru că altfel risca să moară. în cele din urmă s-a dus să se programeze pentru operație, dar boala ei avansase deja foarte mult și nu mai putea fi controlată. Dorothy a murit singură, fără rude sau prieteni. Dar în ultimele sale zile ea s-a împăcat cu gândul că va muri și a folosit ceea ce a învățat la terapie pentru a ajunge la pace cu ea însăși și cu lumea.

Ce a învăţat Ellis

La fel ca în cele mai multe din cazurile memorabile relatate în această carte, această pacientă neobișnuită a avut un impact semnificativ asupra a ceea ce Ellis a avut de învățat atât despre terapie cât și despre el însuși și despre limitele metodei sale. El își amintește că în anii '50, când a început să dezvolte REBT, oamenii despre care se spune astăzi că au tulburări de personalitate erau diagnosticați la acea dată ca fiind la limită psihotici.

— De fapt, ei pot fi considerați un fel de psihotici la limită, a spus Ellis, pentru că, pe lângă sentimentele și convingerile lor distructive, ei au deficiențe cognitive, emoționale și comportamentale grave sau handicapuri biosociale. Atât factorii genetici cât și cei ambientali joacă un rol important în formarea acestor personalități toxice și îi fac îngrozitor de dificili pentru cei din jur. Chiar și cei mai buni terapeuți au probleme serioase în a-i aborda.

Ellis crede că, îhtr-un fel, acești indivizi sunt și mai greu de tratat decât psihoticii propriu-ziși pentru că ei au mari dificultăți în acceptarea necondiționată a lor înșiși și a celor care au același tip de disfuncții.

Ellis a continuat:

— în vreme ce „nevroticii normali" pot să învețe destul de ușor în cursul terapiei acceptarea necondiționată, pacienții cu

tulburări grave de personalitate sunt aproape alergici la acest fel de iertare profundă și cel mai adesea rămân înțepeniți la un nivel la care nu contenesc să se condamne pe ei înșiși și pe cei din jur. Din nefericire, ei sunt născuți și crescuți în spiritul prejudicierii oamenilor, inclusiv a lor înșiși. Lor le place să fie implicați în relații terapeutice de lungă durată, dar cel mai i adesea nu iau în seamă indicațiile terapeuților. La rândul lor, terapeuții au adesea dificultăți în a ajunge la o acceptare ne-i Condiționată a lor înșiși și a clienților lor. Acest lucru este va-; labil mai ales atunci când au de-a face cu clienții neobișnuit (de dificili cum era de exemplu Dorothy; adeseori ei sunt tentați să-i condamne pentru „rezistența" lor — și, bineînțeles, ei sê condamnă frecvent și pe ei înșiși pentru că nu au fost în stare să obțină rezultate deosebite în tratarea acestor „rezistori". Prin urmare, dacă o tehnică de terapie se dovedește a nu fi prea eficientă, ei pot să încerce și alte metode, sperând că în cele din urmă una dintre ele va avea, în mod miraculos, succes. Ei refuză să admită că, în multe cazuri, nu există nici o tehnică de terapie care să fie foarte eficientă în tratarea indivizilor care sunt complet înțepeniți în comportamentele lor marcate de tulburările de personalitate.

Când totul a luat sfârșit, Ellis și-a dat seama că Dorothy fusese o pacientă deosebit de interesantă. Cazul ei l-a supus unor încercări care-i fuseseră complet străine până atunci. In felul acesta, el a fost stimulat să dezvolte noi modalități de a intra în contact cu oamenii la care terapia cognitivă tradițională nu putea să ajungă.

— Dorothy era o adevărată pacoste, a constatat Ellis cu simpatie, dar m-a ajutat foarte mult. Dacă am putut să lucrez cu ea înseamnă că pot să lucrez cu oricine.

Capitolul treisprezece

Bradford Keeney

Vraciul care nu a avut niciodată o viziune

---

radford Keeney ar trebui să primească premiul pentru cea mai eclectică colecție de cărți semnate și de preocupări în domeniul cercetării. Profesor universitar și te

rapeut în trecut, iar acum antropolog cultural și critic social — cariera lui Keeney se împarte astfel în etape diferite, fiecare dintre ele căutând să integreze munca sa de dinainte.

El a scris cărți clasice în domeniul terapiei, cum ar fi: Improvisational Therapy (Terapie improvizată), Aesthetics of Change (Estetica schimbării) și Mind in Therapy (Procesele mentale în terapie). De asemenea este autorul unor lucrări populare despre fenomenele culturale: Crazy Wisdom Tales for Dead Heads: A Shamanic Companion to the Grateful Dead (Povești de înțelepciune nebună pentru capete moarte: Un ghid șamanic despre mortul recunoscător) și The Lunatic Guide to the David Letterman Show (Ghidul lunatic al spectacolului lui David Letterman). Și nu în ultimul rând el a oferit publicului larg o serie de cărți printre care se numără: Everyday Soul: Awakening the Spirit in Everyday Life (Sufletul de zi cu zi: Mobilizarea spiritului în viața de zi cu zi) și The Energy Break (Lipsa de energie). în Shaking Out the Spirits (Izgonirea spiritelor), Keeney povestește cum a ajuns să renunțe la cercetarea universitară clasică pentru a investiga metodele de vindecare indigene și șama-nice.

în ultimul timp, Keeney a studiat și a scris despre practicile de vindecare din Japonia (Ikuko Osumi, maestru japonez în ț Șeiki Jutsu), Africa (Vracii boșimani din Kalahari), America l de Nord (Gary laurul Sfânt, Omul Lakota Yuwipi), Insulele i Caraibe (Shakerii din St. Vincent) și din multe alte regiuni ale

ț lumii.

î Brad este vicepreşedinte al Fundaţiei Pietrele Răsunătoare, din (Philadelphia, organizaţie a cărei menire este să facă cunoscute prac-î ticile alternative de vindecare din diverse culturi. De asemenea, el i este profesor de consiliere psihologică la Fullerton, Universitatea de i. Stat din California, şi antropolog cultural la Institutul de cercetare ‘ a proceselor mentale din Palo Alto, California. Locuieşte în Tucson, r Arizona.

*

X- X-

înainte de a trece la relatarea cazului său, Keeney a ţinut să ne precizeze că încă de la începutul carierei a avut o atitudine sceptică faţă de diversele şcoli de psihoterapie care existau Ia acea dată. în opinia lui, cele mai reuşite terapii la care a asistat sau la care a participat au fost acelea în care se lucra independent de sistemele terapeutice formale şi în care oamenii intrau pur şi simplu în contact unii cu alţii într-un mod creativ.

— Am fost un cinic radical, a spus Keeney, foarte impresionat de mişcarea antipsihiatrică precum şi de abordările mai exotice. Am păstrat întotdeauna acest spirit şi el m-a făcut să forţez limitele în munca mea. Cred că propria mea evoluţie ca antipsiholog are prea puţin de-a face cu vreo tehnică terapeutică sau cu vreo şcoală de gândire. în timp, am devenit din ce în ce mai interesat să le ofer oamenilor o serie de sugestii care să le fie utile în viaţă.

Este bine să aveţi în minte aceste remarce introductive ale lui Brad atunci când veţi urmări povestea unui caz foarte neobişnuit condus de un terapeut foarte neobişnuit.

Primele impresii

Nate era un individ cu o înfăţişare izbitoare. Greutăţile prin care trecuse îi lăsaseră o serie de cicatrice pe nas şi pe frunte, încă mai păstra alura specifică meseriei de cârmaci pe care o avusese cândva: corpolent, musculos şi nemişcat ca o stâncă. Părul îi era prins într-o coadă care-i atârna mult pe spate.

Nate avea o voce blândă, expresivă, care contrasta puternic cu prezenţa lui impunătoare. Nu vorbea prea mult, dar atunci când o făcea, cuvintele lui erau calde, profunde. în trecut, fusese un fel de vraci al poporului sioux, iar acum ajunsese conducătorul acestor oameni. Cu mult timp în urmă însă, Nate făcuse o serie de greşeli din cauza cărora a avut probleme serioase.

— Avea mersul unui american original care a trecut prin viaţă cu băutura, relaţiile şi cu tot soiul de lucruri care te debarcă în cele din urmă în închisoarea federală, ne-a spus Keeney. Acum, Nate avea ca unic ţel în viaţă să-i ajute pe cei care erau dependenţi de droguri.

Nate l-a contactat pe Keeney la sugestia unui membru al tribului care auzise că Brad lucrase cu americanii şi cu alte populaţii indigene. I se spusese că, spre deosebire de ceilalţi albi, Keeney era o persoană care avea răbdare să te asculte.

Nate s-a dus să-l întâlnească pe Keeney la el acasă. A venit însoţit de un bărbat şi o femeie. Aceasta din urmă era soţia lui, Melanie. Era o femeie aşezată şi foarte serioasă. Arareori zâmbea. Keeney a putut observa că avea un respect deosebit faţă de tradiţiile indigene. Avea nişte ochi iscoditori cărora nu le scăpa nimic.

Omul care venise cu Nate era Ken, prietenul lui, care arăta mai degrabă a om de afaceri decât a indian. Avea un păr tuns foarte scurt şi purta pantaloni kaki şi o cămaşă albastră. Aceasta era într-un contrast evident cu Nate, care purta blugi, cizme de cowboy şi un tricou care avea imprimat un slogan activist american. Ken era administratorul centrului de tratament din rezervaţie.

Tradiţii

r

Brad i-a primit pe cei trei în sufragerie. Nate stătea la mijloc, între soţia sa Melanie şi prietenul său Ken. Ei au

pălăvrăgit o vreme despre cunoştinţele lor comune şi despre locurile în care fuseseră împreună. Keeney a aşteptat răbdător fără să aducă vorba vreodată de motivul vizitei lor. Cei trei nu aveau decât să abordeze acest subiect în momentul în care se simţeau pregătiţi.

„E adevărat că acest lucru nu prea este luat în serios", a început Nate povestea sa, „dar trebuie să spun că sunt un maestru al practicilor tradiţionale. Eu îi ajut pe oameni să facă lucrurile care sunt cu adevărat importante în cultura noastră. îi ajut să înveţe cum să aibă grijă de ei. îi îndrum către acele sweat lodges unde ne rugăm şi comunicăm cu Creatorul. îi ajut să se pregătească să meargă să stea singuri pe un deal pentru a posti şi a avea viziuni."

După fiecare dintre aceste declaraţii, Melanie dădea solemn din cap, pentru a confirma că ceea ce spunea soţul ei nu numai că era adevărat dar reprezenta în acelaşi timp Adevărata Natură a Lucrurilor. Spre deosebire de soţia lui Nate, Ken părea cam plictisit de toată această poveste, ca şi cum bătuse un drum prea lung doar ca să audă aşa ceva.

„Potrivit tradiţiei mele", a spus Nate cu vocea lui blândă, „pentru a afla adevărata cale a vieţii noastre trebuie să stăm o vreme izolaţi de ceilalţi, postind şi spunând rugăciuni. Aşteptăm în acest fel o viziune care va da vieţii noastre o semnificaţie aparte şi ne va indica totodată ce trebuie să facem."

„Da", l-a încurajat Keeney. „Ştiu lucrurile acestea."

Nate a tăcut câteva momente ca şi cum ar fi încercat să se decidă cât de departe să meargă cu toată povestea asta. El s-a uitat la soţia lui căutând încurajare, dar Keeney nu a observat nici o reacţie vizibilă din partea acesteia. Melanie stătea pur şi simplu nemişcată, uitându-se la soţul ei cu o expresie de devotament total.

„Aşadar, Nate", l-a îndemnat Keeney, „care e problema?"

„Hm“, a ezitat el, „mi-e ruşine să vă spun de ce am venit. Nu vreau ca oamenii mei să afle despre asta."

„înţeleg."

„După cum ştiţi, eu îi ajut pe oameni să aibă viziuni în legătură cu viaţa lor. Mă supun tuturor ritualurilor şi acţionez potrivit culturii mele, iar oamenii mă ştiu drept o persoană spirituală. Dar..."

Nate s-a întrerupt din nou, gândindu-se, aşteptând, stră-duindu-se poate să ia o hotărâre. Era un lucru extrem de neobişnuit ca un vraci de statura lui să se decidă să aibă încredere într-un alb şi mai ales să vorbească cu el despre chestiuni legate de cele mai sacre ceremonii ale poporului său.

„Dar", a repetat Nate, cu capul în pământ, „eu nu am avut niciodată o viziune... eu personal nu am avut niciodată o viziune... nu ştiu de ce. Am vorbit cu cei mai în vârstă. Ei m-au dus pe deal să ţin post şi să mă rog. Am făcut toate aceste lucruri, şi le-am făcut cu sinceritate, dar nu am avut niciodată o viziune." Nate şi-a ridicat apoi capul, s-a uitat drept în ochii lui Keeney şi i-a spus: „Vreau să mă ajutaţi să am o viziune."

Camera întunecată

Este important să ştim că la acea dată Keeney era pe punctul de a renunţa la tot ceea ce învăţase despre psihoterapie. Cu câţiva ani înainte el călătorise în regiuni îndepărtate ale lumii — ajungând până la boşimanii din Africa şi la aborigenii din Australia — şi lucrase cu triburile de americani indigeni, însuşindu-şi o bună parte din metodele de vindecare indigene. Aceste experienţe l-au înzestrat cu o cunoaştere care are foarte puţin de-a face cu ceea ce noi numim terapie tradiţională. Dacă ar fi tratat cazul lui Nate aşa cum ar fi făcut-o un terapeut, reacţia lui ar fi fost foarte diferită de cea care a urmat.

„Hai să mergem jos, Nate", a spus Keeney, „şi să facem ceea ce ştii tu că trebuie făcut în asemenea situaţii: hai să ne rugăm împreună."

Brad şi Nate i-au lăsat singuri pe Melanie şi pe Ken şi au coborât scările la subsol. Keeney avea acolo o cămăruţă în care fostul proprietar obişnuia să depoziteze vinul. Era solid construită, aproape izolată din punct de vedere fonic şi

complet întunecată.

Ei au intrat în cămăruță, au stins lumina și s-au așezat pe podea față în față și cu picioarele încrucișate. De altfel, trebuie să menționăm că cele mai multe ritualuri ale americanilor indigeni se desfășoară pe întuneric. Keeney intenționase să arate respect față de cultura lui Nate, mergând într-un loc special care era separat de spațiul destinat preocupărilor de zi cu zi. Vechea pivniță de vinuri era locul perfect pentru acest scop.

„Nate", a început Keeney de îndată ce s-au așezat, „încearcă să-ți lași mintea liberă. Lasă-te purtat oriunde simți că îți va face plăcere. Haide să stăm liniștiți."

„Ho", a răspuns Nate, cuvântul sioux pentru afirmație.

„S-ar putea să simți nevoia să vorbești, să cânți, să te rogi sau să faci altceva."

Pentru câteva minute au stat într-o tăcere deplină, după care Nate a început să cânte un cântec tradițional sioux pe care Keeney nu-1 știa. La început a cântat încet, iar după aceea din ce în ce mai tare și cu mai multă pasiune. O dată ce Keeney a prins ritmul și sunetele, i s-a alăturat lui Nate și amândoi au cântat o vreme împreună. Cântau cu însuflețire. Cântau cu un devotament absolut față de sunete. Keeney nu avea nici cea mai mică idee ce însemnau acestea, cu toate acestea îl pe acompania pe Nate.

După câteva minute, Keeney s-a simțit transportat într-o altă stare. Cei doi stăteau în spațiul acela mic, într-un întuneric desăvârșit, și cântau din răsputeri. La un moment dat, în mintea lui Keeney a încolțit o idee. Nu știa de unde a apărut sau cu ce scop, dar ideea a început să se dezvolte și să capete o formă.

Tratamentul celor douăsprezece crengi

„Nate, mi-a venit o idee și aș vrea să ți-o împărtășesc."

„Da", a răspuns el încercând să-și ascundă nerăbdarea. Era disperat să găsească o ieșire din situația stânjenitoare în care se afla. Nu putea fi nimic mai rușinos și mai umilitor pentru un vraci decât să admită că nu a avut niciodată o viziune. Se simțea ca un impostor, îndrumând oamenii către o călătorie spirituală în care el nu fusese niciodată. Aceasta era cea mai teribilă criză existențială prin care putea să treacă cineva aflat în poziția lui.

„Te văd ducându-te într-o pădure", a continuat Keeney. „Aceasta este aproape de rezervația în care locuiești tu. Și uite ce vreau să faci. Odată ajuns în acea pădure culege douăsprezece crengi. Ramurile astea nu trebuie să fie mai lungi de jumătate de metru. Taie o ramură care este îndreptată spre sud, cea către care te conduce Spiritul. Apoi o alta, din nord. Culege apoi una din est și alta din vest. Celelalte trebuie să provină din diferite puncte cuprinse în spațiul desemnat de punctele cardinale."

Lui Keeney i s-a părut că-1 vede pe Nate încuviințând din cap în întuneric.

„însemnează cu atenție fiecare creangă astfel încât să știi de unde provine fiecare."

„Ce trebuie să fac cu ele?" a întrebat Nate.

„Vreau ca în timp ce aduni aceste ramuri să te gândești că ești în căutarea unei viziuni. Trebuie să-i mărturisești Mamei Natura dorința ta sinceră și că ești decis să o aduci la îndeplinire. Arată-i că nu te abții în vreun fel."

„Cum să fac asta?" a întrebat Nate.

„Te vei duce în pădure și vei cere permisiunea să fii condus la fiecare dintre crengile astea... Fiecare creangă trebuie să fie specială."

„Am înțeles."

„Apoi te vei duce cu crengile acasă și le vei așeza sub patul tău în formă de cerc. Fiecare creangă trebuie să fie

îndreptată în direcția sa inițială, cea care a fost luată din sud trebuie să fie îndreptată înspre sud și așa mai departe. Ai înțeles?"

„Ho."

„Vreau ca ramurile să fie așezate astfel încât, atunci când stai întins în pat, centrul cercului să se afle chiar în dreptul inimii tale. Chiar în centrul cercului trebuie să pui o ofrandă, niște tutun de exemplu."

Cei doi bărbați s-au ridicat, s-au îmbrățișat și au început să urce scările înapoi în sufragerie.

„înainte să ne întoarcem", l-a instruit Keeney, „aș vrea ca toate acestea să rămână doar între noi doi. Nu trebuie să spui nimănui ce faci și din ce motiv."

„Nici lui Melanie?"

„Nu, asta este doar între tine și Creator."

Justificarea aceasta i s-a părut perfectă lui Nate, pentru că la urma urmei așa se făceau lucrurile între membrii tribului lui.

Când au ajuns sus, Melanie și Ken discutau despre excursiile în care mergeau pentru a aduna pietre din care se făceau pipe pentru tineri. Ei erau curioși să afle ceea ce se petrecuse jos, dar și-au dat seama că e mai bine să nu întrebe. în cele din urmă, și-au strâns lucrurile și au plecat. Keeney a rămas în pridvor întrebându-se ce va face Nate. Dar era încă și mai curios să afle de unde venise propria lui viziune referitoare la tratamentul cu cele douăsprezece crengi.

în timp ce se îndreptau către mașină, Keeney l-a auzit pe Nate spunându-i soției lui: „A fost bine acolo, jos."

O săptămână mai târziu

„Brad, sunt Nate."

„Nate! Ce mai faci?" Keeney fusese îngrijorat o vreme pentru că Nate nu dădea nici un semn. La un moment dat însă s-a gândit că lucrurile își urmau cursul lor firesc și că trebuia să aibă răbdare.

„Omule, simt că explodez. Nu știu ce ai făcut sau despre ce a fost vorba, dar eu am făcut ce mi-ai spus."

„Uuuh!"

„M-am dus în pădure exact cum mi-ai spus. Am găsit crengile pe care Spiritul mi le-a arătat. Le-am pus sub pat așa cum m-ai învățat."

„Cu tutunul drept ofrandă?"

„Bineînțeles. Și după aceea m-am dus și m-am culcat. Am avut un vis. Dar când m-am trezit visam în continuare."

Keeney și-a dat seama că Nate vorbea despre ceea ce noi numim vis lucid sau treaz. Dar pentru Nate el fusese o viziune, o adevărată viziune.

„îmi luasem zborul din corpul meu", a spus Nate cu emoție și teamă în glas. „Am zburat înapoi în timp, la vremea când eram un băiețel și mi-am văzut tatăl și întreaga mea familie. Apoi mi-am dat seama că zburam și că eram complet treaz, iar acest lucru mi-a dat fiori. în cele din urmă, m-am trezit."

„Ei bine, cred că de data aceasta ai avut tu însuți o viziune."

„Brad, omule, a fost prea mult pentru mine. Sunt înspăimântat. Nu sunt sigur dacă mai vreau să pun din nou crengile

alea sub pat."

„Fugi de aici! Ia zi, cât tutun ai pus sub pat?"

Au izbucnit amândoi în râs.

Keeney a fost surprins de ceea ce auzise, dar el nu mai gândea ca un terapeut şi prin urmare nu a încercat să determine şi să analizeze cauzele acelei experienţe.

„Nate, este de-a dreptul uimitor cât de uşor poţi să obţii ceea ce-ţi doreşti când te arăţi sincer şi hotărât în faţa Creatorului."

„Cred că ştiu ce trebuie să fac acum", a spus Nate. în vreme ce un terapeut ar fi încercat să afle despre ce era

vorba, Keeney a preferat să nu se amestece; era suficient că clientul său avea răspunsurile pe care le căutase.

— Dar nu erai curios? l-am întrebat noi pe Keeney. Pusese la cale acel minunat ritual terapeutic, iar acum nici măcar nu era prea sigur de ce se întâmplase.

— Mai degrabă aş fi aruncat încă un lemn pe foc, a explicat Keeney, decât să scot unul de acolo, să-l examinez şi să-l privesc cum se răceşte.

Câteva luni mai târziu, Keeney a aflat într-adevăr ce se întâmplase cu Nate. Pornind de la viziunea pe care a avut-o, în care îşi lua zborul din corp şi se vedea pe el însuşi copil, Nate a pornit într-o căutare vizionară încercând să rezolve o serie de probleme din copilăria lui, lucru care, credea el, l-ar fi ajutat să devină un vraci mai bun. El şi Melanie au călătorit pe continent în locuri unde puteau să continue să muncească împreună. Keeney a fost încântat să audă cu câtă emoţie vorbea Nate despre ceea ce învăţase şi despre lucrurile la care lucra. Şi totul începuse cu prima lui viziune.

Capitolul doi

La scurtă vreme după ce s-au întors din călătoria lor, Melanie a sunat pentru a-şi face o programare.

„Am fost pur şi simplu uluiţi de felul în care l-ai tratat pe Nate şi de impactul pe care l-a avut asupra lui. Vreau să te văd."

„Foarte bine", i-a spus Keeney. „Vino până aici."

De data aceasta au sosit patru persoane: Melanie şi Nate, Ken şi soţia lui. Ei au venit din rezervaţie în jurul prânzului aşa că au luat masa împreună şi au sporovăit despre vieţile lor.

La un moment dat, Melanie a anunţat că vrea să stea de vorbă cu Keeney în cămăruţa de la subsol. Ea i-a mărturisit că un prieten de al ei murise de curând şi că de atunci ea nu mai putuse să doarmă. Pur şi simplu nu înţelegea ce se întâmplă, îi apăruse şi o iritaţie foarte urâtă pe piele pe care i-a arătat-o lui Keeney pentru a o examina.

După ce s-au instalat în camera întunecată şi au început să cânte împreună, aşa cum făcuse el şi cu soţul ei, Melanie a scos un ţipăt. Deşi era întuneric beznă, ea susţinea că vede un păianjen uriaş şi luminos în cameră.

„Asta e bine", a răspuns Keeney cu blândeţe. „Păianjenii au substanţe tămăduitoare."

Melanie s-a calmat imediat. Printre ai ei, păianjenii erau consideraţi o sursă sacră pentru leacuri.

„Haide să rămânem liniştiţi aici."

Şi din nou, Keeney a fost străfulgerat de o idee venită nu se ştie de unde. In afară de momentul în care Melanie l-a anunţat brusc că a văzut un păianjen, ei nu au mai avut altă conversaţie.

„Melanie, nu știu despre ce este vorba și dacă ce am să-ți spun eu poate să aibă vreo semnificație pentru tine. Dar acest tip, despre care ai zis că a murit, prietenul tău... îl văd cum încearcă să îți dea un inel."

Imediat Keeney a auzit-o pe Melanie cum începe să plângă-

„Ce se întâmplă?" a întrebat-o el cu blândețe.

„Era bijutier", a răspuns ea printre sughițuri. „Inelul de care vorbești este probabil cel despre care îmi spunea mereu că ar vrea să mi-1 dăruiască. Eu tot îi spuneam că vreau acel inel iar el îmi răspundea că o să mi-1 ofere într-o bună zi. Era un fel de joc între noi doi."

„Cei din familia lui știu ceva despre lucrul ăsta? Știu că inelul îți era destinat?"

„Nu", a spus ea. „Nu am vrut să le pomenesc despre asta."

„Nu știu exact de ce, dar cred că ar trebui să vorbești cu ei. Poate că ei așteaptă ca tu să le spui ceva."

în cele din urmă, Melanie s-a dus să vorbească cu familia prietenului ei și le-a povestit despre inel. Cuprinși de emoție, ei au fost absolut încântați să-i ofere inelul care însemna atât de mult pentru ea. Curând după aceea iritația i-a dispărut și a putut din nou să doarmă.

Confirmarea

Când Brad și Melanie au ieșit din pivniță, amândoi erau înfiorați de ceea ce se petrecuse acolo. Cu siguranță că acesta nu era stilul obișnuit de lucru al lui Keeney.

— Eram acolo, ne-a spus el, într-un întuneric desăvârșit și dintr-o dată am simțit că mă înalț de pe locul în care stăteam. Ceva care nu are nimic de-a face cu psihoterapia a pus la cale acea interacțiune care m-a schimbat atât de radical. Ea mi-a permis să arunc pe fereastră tot ceea învățasem, știind că dacă zăbovesc un timp în întunericul de acolo pot să accesez ceva din imaginație. A fost o metaforă incredibilă.

După ce Melanie și Brad s-au alăturat celorlalți, cu toții au simțit că ceva profund se întâmplase.

„Vreau să vă spun ceva", a sărit Ken cuprins de entuziasm. „Mi-am tot bătut capul dacă să mă întorc la vechile tradiții și să mă duc și eu în lodge, dar educația mea catolică mă împiedică în continuare. M-am tot gândit la asta. Am aflat ce s-a întâmplat cu Nate, iar acum văd ce ai făcut cu Melanie."

Keeney a zâmbit cu modestie. El ar fi vrut să le explice că de fapt nu a făcut prea multe, dar și-a dat seama imediat că era mai bine să-și țină gura.

„După ce am aflat despre vreascurile de sub pat", a continuat Ken, „am avut cea mai ciudată experiență din viața mea. Nu am idee ce poate să însemne."

„Povestește mai departe, omule", l-a încurajat Nate. „Spune-i și lui."

Ken s-a uitat la soția Iui care stătea pe marginea canapelei. Era o femeie liniștită care nu vorbea prea mult. Ea a încuviințat din cap, dându-i voie să-și continue povestea.

„Ei bine, am visat că eram în lodge. Coliba era făcută din pari și împletitură de crengi. Erau acolo vraci și un foc mare și piei care acopereau crengile. Era o colibă indiană imensă. Cum stăteam eu acolo, l-am văzut pe bunicul meu. Avea cu el o scoică și vopsea roșie. El și-a băgat degetul arătător în vopsea și mi-a trasat o linie pe frunte. M-am înspăimântat pentru că atunci când m-am întors am văzut că toți oamenii de acolo aveau capete de animale. Nu știu dacă erau măști, dar oricum păreau foarte reale."

Ken s-a oprit și s-a uitat la cei din jur ca și când ar fi vrut să se asigure că erau pregătiți pentru ce avea să urmeze. A privit din nou spre soția lui care a încuviințat din nou din cap.

„Când m-am trezit eram complet înmărmurit. Transpirasem şi strigasem în somn reuşind astfel să o scol pe soţia mea." în timp ce spunea aceste lucruri, soţia lui a căscat adânc, ca şi

când ar fi vrut să-şi umple plămânii cu aer înainte de a se scufunda în apă.

„Ea a sărit din pat şi a aprins lumina. Apoi a început să ţipe."

Toţi s-au uitat la soţia lui Ken care arăta foarte speriată.

„Ceea ce a văzut soţia mea era o dungă roşie pe fruntea mea."

Keeney ne-a precizat că aceştia nu erau genul de oameni care să fie înclinaţi să inventeze lucruri. Dacă ei au spus că aşa s-au petrecut lucrurile, atunci înseamnă că aşa a şi fost.

Punctul de cotitură

Acesta a fost un punct de cotitură în viaţa şi în cariera lui Keeney. El a decis că e timpul să acorde şamanilor mai multă atenţie. Era timpul să se dezbare de terapie şi să înceapă propria sa călătorie în scopul de a învăţa cât mai multe despre vindecare.

— Fiecare tradiţie, a spus Keeney, susţine că undeva în oricare dintre noi se află răspunsurile la toate întrebările noastre. Fie că este vorba de o soluţie la o anumită problemă sau de întregul sens al existenţei noastre, ele sunt cu siguranţă acolo, în adâncul nostru. De multe ori lucrul acesta nu ne este prea clar, motiv pentru care uneori simţim nevoia să apelăm la altcineva pentru a-1 pune în lumină.

— Felul în care se roagă oamenii pe care i-am văzut în călătoriile mele prin lume este foarte diferit de simpla împreunare a mâinilor la masă pentru a spune rugăciunea de mulţumire. El presupune transformarea cuvintelor în emoţie pură. El înseamnă să dai voie sunetelor să iasă, iar apoi acestea se transformă de la sine în cântec şi muzică ce vin direct din inimă. întreaga putere se află în felul în care cerem lucrurile pe care ni le dorim. Acesta este un lucru pe care cred că cultura noastră l-a pierdut. Noi ne limităm să solicităm plini de umilinţă ajutorul.

Privind înapoi la acea experienţă, Keeney este convins că exact acest lucru s-a întâmplat — Nate, Melanie şi indirect Ken au fost invitaţi să ceară ceea ce ei îşi doreau cu adevărat, dar cu o voce atât de pasionată încât făcea imposibil refuzul.

Keeney spune că orice terapeut a trecut prin momente asemănătoare celor de care a avut el parte în întuneric. Singura întrebare este dacă ei iau în seamă aceste viziuni şi învaţă ceva din ele.

Capitolul paisprezece

Susan Johnson

Femeia care s-a spânzurat pentru a vedea de cât timp are nevoie soţul ei pentru a reacţiona

---

ue Johnson este unul dintre teoreticienii Terapiei Centrate pe Emoţie (EFT-TCE), o abordare, care pune accentul pe ataşament şi care este destinată ce

lor care lucrează cu cuplurile. Acest gen de. terapie are. un caracter ştiinţific şi umanist în acelaşi timp, prin importanţa pe. care o acordă exprimării emoţionale constructive. Scopul ei este. să ajute partenerii să-şi acceseze sentimentele lor profunde, îndeobşte nerecunoscute, şi să găsească diferite modalităţi de comunicare care să contribuie la sporirea intimităţii şi a înţelegerii reciproce.

Dintre, cărțile scrise de Sue Johnson o bună parte sunt dedicate TCE: Emotionally Focused Therapy for Couples (Terapia centrată pe emoție destinată cuplurilor); The Practice of Emotionally Focused Marital Therapy (Practica terapiei maritale centrate pe emoție); Heart of the Matter: Perspectives on Emotion in Marital Therapy (Centrul problemei: Perspective asupra emoției în terapia maritală) și Emotionally Focused Couple Therapy for Trauma Survivors (Terapia de cuplu centrată pe emoție pentru supraviețuitorii traumelor).

Johnson este profesor de psihologie la Universitatea Ottawa din Canada. Ea este de asemenea directorul Institutului pentru Familii și Cupluri din Ottawa.

Ascultând-o pe Sue Johnson, încă mai poți deslușI urmele accentului ei Cockney, în ciuda eforturilor serioase depuse de mama ei pentru a șterge orice dovadă a originii sale modeste. Sue și familia ei au crescut deasupra unei cârciumi — locul perfect spre a i se trezi interesul pentru oameni și pentru felul în care ei intră în relații unii cu alții.

Trecând în revistă cele mai ciudate cazuri pe care le-a întâlnit în cariera ei, Johnson a ajuns repede la concluzia că cei mai interesanți clienți pe care i-a avut au fost niște colegi de ai săi, terapeuți. Iar dintre aceștia, unul i-a atras atenția în mod deosebit.

Terapeuții sunt cei mai ciudați clienți

Florence a intrat în birou trasă de mână de soțul ei. Ținea în brațe o carte mare. Johnson a observat că era vorba de Manualul statistic și de diagnostic al bolilor mintale sau MSD (=DSM), care este folosit de toți profesioniștii din domeniu ca o lucrare standard de referință și sursă pentru diagnosticarea problemelor de sănătate mentală.

— Am citit toate cărțile dumneavoastră, a început Florence, așa că știu exact ce și cum o să faceți. Nu-mi rămâne decât să sper că sunteți la fel de bună pe cât pretindeți.

înainte ca Johnson să aibă vreo șansă să reacționeze la acest debut cam neobișnuit al relației lor, Florence a continuat să vorbească aducându-i la cunoștință pretențiile ei cu privire la munca pe care urmau să o facă împreună. Ea a cerut punctualitate absolută. A enunțat cerințele ei specifice de plată. Apoi a enumerat calificările și specializările pe care le avea ca tera-peut. Pe tot parcursul acestei litanii, soțul ei, Ted, s-a uitat rugător la Johnson, cu o privire care parcă îi spunea „Ajută-mă, ajută-mă!".

— Văd ca ai adus cu tine un MSD, a remarcat Johnson, în timp ce Florence răsfoia în grabă paginile acestuia ca și când ar fi căutat o chestiune anume.

— Îhî, a adăugat Florence fără să se întrerupă din treaba ei. Aha, aici este! Ea a indicat cu degetul pasajul pe care-1 căutase.

— Pot să te întreb ce faci? a abordat-o mai direct Sue.

— Ei bine, a spus Florence, cum am putea să discutăm despre problema soțului meu fără să facem referire la MSD?

— Crezi că soțul tău are o „problemă"?

— Da, bineînțeles. E clar că are tulburări de personalitate, deși nu sunt prea sigură dacă este schizoid sau un dependent mai pasiv. Ar putea fi vorba eventual de niște trăsături de tip Avis I?

în timpul acestei discuții Ted se uita când la una când la cealaltă, ca la un meci de ping-pong.

Johnson părea copleșită.

— Hm, s-a aventurat ea cu prudență, poate că înainte să trecem la diagnosticul soțului tău ar fi bine să discutăm despre problemele care v-au adus aici pe voi doi și cum aș putea să vă ajut.

— Soția mea crede... înainte ca el să termine ce avea de zis, Florence l-a întrerupt precizând că va vorbi ea pentru amândoi.

— L-am trimis deja la un analist pentru terapie, a spus Florence arătând către soțul ei. Și îi merge destul de bine.

Ted a încuviințat viguros din cap. La acea vreme el nu numai că se adâncise în psihanaliză cu un terapeut pe care i-1 găsise soția lui; dar i se „ceruse" să consulte și un specialist în terapia sexuală.

Pentru un moment Johnson s-a uitat nedumerită în jur întrebându-se dacă nu cumva era victima unei glume. Se simțea de parcă juca într-o satiră umoristică, așteptând ca din moment în moment să sară cineva din spatele canapelei cu un aparat de filmat în mână. Dar nu a fost așa. Florence și-a continuat monologul, punând în evidență trăsăturile patologice pe care ea le identificase la soțul ei. Vorbea cu Johnson ca și cum ele ar fi fost două colege care consultau un pacient pe care urmau să-l trateze împreună.

Sue a respirat adânc.

— Până acum ai vorbit foarte mult despre felul în care îl vezi pe soțul tău și despre ce crezi tu că este în neregulă cu el. Iar el a spus două sau trei cuvinte despre cum consideră el că stau lucrurile. Acum aș vrea să aflu care crezi că este rolul tău în această relație și cum au evoluat lucrurile între voi doi.

— Ce Dumnezeu vrei să spui?

■— Ți-am pus această întrebare pentru că am constatat că te-ai gândit foarte mult la această situație și ai depus multă energie pentru a o analiza. Este evident că ești, la rândul tău, o expertă în materie. Prin urmare m-ar interesa să aflu de la tine ce rol crezi că ai în aceste probleme care au apărut în relația dintre voi doi.

— O, a exclamat Florence, nu sunt aici ca să vorbesc despre mine. Nu e nevoie; nu trebuie să vorbim deloc despre mine.

— Nu?

— Nu. Cu siguranță că nu. La urma urmei, nu eu sunt problema. In această căsnicie eu am avut un comportament absolut splendid. Am fost caldă, încântătoare, sexy, blândă, fermă și pretențioasă, dar și înțelegătoare. Și, după cum vedeți, am foarte multă grijă de soțul meu.

în acest moment Ted și-a închis pur și simplu ochii.

Lui Johnson i-a venit să râdă, dar apoi a simțit cum i se încleștează maxilarele pe măsură ce Florence făcea enumerarea celor mai elevate calități ale ei — dintre care, bineînțeles, multe nu erau apreciate.

într-un final, Johnson a întrerupt-o.

— îmi pare nespus de rău. Știu că tu crezi că ai muncit din greu pentru această relație și că te-ai purtat aproape perfect, și poate că așa a fost, dar eu nu am nici cea mai mică idee despre cum să fac terapie de cuplu în condițiile în care întregul proces este centrat asupra unei singure persoane iar cealaltă nu face decât să asiste. Dacă mi-ai citit cărțile, înseamnă că știi cât de importante sunt pentru mine discuțiile despre rolurile pe care ambii parteneri le au în dansul pe care-1 desfășoară împreună.

— Vrei să spui că este vina mea, că am avut vreo vină pentru toată mizeria din căsnicia asta?

— Nu, Florence, nu vreau să spun acest lucru.

— Și auzisem atâtea lucruri bune despre tine. Se vede clar că nu sunt toate adevărate.

Florence se uita sfidător la Johnson așteptând să vadă cum răspunde la această provocare.

— Uite ce e, Florence, eu nu vreau să te supăr. Pur și simplu nu știu să fac terapie în felul în care vrei tu. După cum ai spus, l-ai „pus" deja la terapie pe soțul tău. Iar tu, Ted, ai fost de acord să te duci la terapie. Și amândoi ați declarat că merge destul de bine.

Auzind acestea, Ted și-a deschis ochii și a încuviințat din cap de mai multe ori. Părea că vrea să spună ceva, dar s-a răzgândit și și-a închis din nou ochii. Johnson a încercat să-l încurajeze să vorbească, dar el s-a abținut în continuare.

— Așadar, a continuat Johnson, nu prea înțeleg de ce ai nevoie de mine — mai ales dacă nu vrei să vorbești decât despre rolul pe care îl are Ted în relația voastră.

Constatarea aceasta nu a făcut decât să o înfurie și mai tare pe Florence.

— Ce... am... sperat, a spus ea pronunțând apăsat cuvintele și cu pauză între ele, este că l-ai putea învăța cum să se mai învioreze. După cum vezi, are un drum lung de parcurs până acolo.

— Dar nu-1 ajută terapeutul pe care-1 are? a întrebat Johnson. Apoi, întorcându-de către Ted: Crezi că ai nevoie să vii la mine la terapie?

El a scuturat din cap. Chiar dacă acest terapeut nou părea că simpatizează cu situația lui grea, el se abținea să-i răspundă pentru că nu voia să riște încă o admonestare din partea soției lui.

Florence a insistat să li se facă o nouă programare. Sue a acceptat, dar s-a hotărât să-i cheme separat, sperând că în acest fel va putea să ajungă la o comunicare mai bună cu fiecare dintre ei. Cel puțin va putea să afle punctul de vedere al lui Ted. Din păcate, această strategie s-a dovedit pur și simplu ineficientă. Florence era în continuare refractară și furioasă din cauză că Johnson nu urma planul de tratament pe care ea îl indicase — bineînțeles, era vorba de un tratament care îl avea în vedere exclusiv pe Ted.

Dintre toți clienții săi, acesta a fost primul pe care Johnson a refuzat să-l mai vadă în continuare. Făcuse atât de puține progrese și era atât de frustrată încât a simțit nevoia să-i spună lui Florence:

— îmi pare foarte rău, dar nu pot să fac terapie în termenii pe care mi i-ai indicat. Nu știu cum să fac acest lucru și mă simt foarte inconfortabil să vorbesc despre Ted ca și cum nu ar fi prezent.

Florence a acceptat cu greu să pună capăt terapiei, susținând în continuare că nu e deloc nevoie să vorbească despre atitudinea și reacțiile ei și că terapia de cuplu l-ar putea ajuta în schimb pe Ted.

Câteva luni mai târziu, când Johnson făcea o prezentare publică a terapiei de cuplu centrată pe emoție, ea a constatat cu stupoare că Florence Se afla în rândul din față. în pauză, Johnson a întrebat-o cum se mai simte. Florence a șoptit pe un ton conspirativ că era mai bine. Se hotărâse să-și părăsească soțul care era „o cauză pierdută", iar acum își punea mari speranțe într-o nouă relație.

Johnson s-a tot gândit dacă ar fi putut totuși să facă ceva pentru a-i ajuta pe Ted și Florence. în cele din urmă ea a recunoscut că, în ce o privește, procesul de terapie trebuie să fie și să-i rămână un teren familiar, dar termenii lui Florence și DSM-ul folosit în felul acela negativ au făcut ca terapia să-i apară ca un proces străin, ciudat și prin urmare nefuncțional. Acest caz i-a reamintit cât de greu este să fii un terapeut care „știe" și să-ți scoți pălăria terapeutică și să fie pur și simplu o persoană care uneori se mai „pierde" în propria sa existență.

El nu era în apele lui

Acest caz al terapeutei autoritare care a încercat să-și trateze propriul soț i-a reamintit lui Johnson de un pattem similar care a avut o configurație relațională și mai neobișnuită, în principiu, Johnson evită să folosească termenii MSD pentru a încadra pacienții în diferite categorii, dar uneori se întâmplă să întâlnească situații atât de ciudate încât este nevoită să se abată de la propriile reguli. în acest caz, ea nu a avut ce să facă decât să aplice termenii standard de etichetare psihiatrică.

Femeia care a intrat era extrem de agitată — striga și gesticula teatral folosind expresii de nereprodus. Helga practic a explodat în momentul în care a început să-și spună povestea. La un moment dat ea s-a apucat să bată cu pumnul în masa lui Johnson, zdrobind obiectele care se aflau acolo.

Spre deosebire de ea, soţul ei, Adam, semăna foarte mult cu soţul din cuplul menţionat mai înainte. El stătea liniştit pe un scaun, iar din când în când îşi frângea mâinile. Părea foarte necăjit însă nu a scos nici o vorbă până când nu i s-a cerut acest lucru.

Cei doi se apropiau de şaizeci de ani. Se cunoscuseră pe un vas de croazieră. El fusese un celibatar convins, colecţionar de timbre şi petrecăreţ. După câte se părea, cu Helga nu se simţea în apele lui.

— Eşti al optulea terapeut pe care-1 vedem, a anunţat Helga. Până acum nici unul nu a fost bun de nimic.

— Vreţi să spuneţi ca terapia nu v-a ajutat cu nimic până acum? a întrebat cu precauţie Johnson.

Era cam îngrijorată. Dacă femeia asta ar fi explodat din nou, risca să rămână fără fotografiile de pe birou.

— Da, aşa e. Ei nu au făcut altceva decât să-mi prescrie medicamente.

Pe moment, Johnson a încuviinţat din cap, simpatizând cu plângerea lor, dar apoi s-a gândit că era posibil ca tratamentul medicamentos să fie mai potrivit în cazul Helgăi. Nu trecuseră nici zece minute de când discuta cu femeia aceasta şi

deja se întreba cum ar putea să ajute o persoană care părea atât de capricioasă.

Helga a început apoi să relateze următoarea poveste.

Sase minute

/

Helga a trăit în Europa de Est, undeva în Balcani. După ce l-a cunoscut pe Adam pe vasul de croazieră, ea s-a mutat în America de Nord, aşa încât să se poată căsători. Ea susţinea că anumite lucruri nu mergeau între ei şi că soţul ei se dovedise a nu fi cel care credea ea că este.

— Ce vrei să spui cu asta? a întrebat Johnson.

— Am sacrificat totul pentru acest om, s-a smiorcăit ea teatral. Mi-am părăsit ţara, familia, prietenii. Am lăsat totul în urmă doar ca să fiu cu el. Şi el nu mi-a oferit nimic în schimb. Nimic!

Spunând acestea ea îşi ţinea mâna în dreptul frunţii într-o atitudine scoasă parcă direct dintr-un film vechi.

— Nu ai putea să-i spui lui acest lucru? i-a indicat Johnson. Ajută-1 să înţeleagă.

încerca să-i facă pe cei doi să comunice într-un mod mai direct renunţând doar să se plângă terapeutului.

— I-am spus lucrurile acestea de o sută de ori, a zis Helga, continuând să se adreseze lui Johnson. Apoi s-a întors mânioasă către Adam. Şi tu! Nu eşti un soţ adevărat! Eşti... eşti., eşti un papă-lapte! Dacă aş fi pe moarte sunt sigură că nu ai ridica nici un deget ca să mă salvezi.

Adam părea că suferă cu adevărat, dar nu a făcut altceva decât să continue să-şi frângă mâinile.

— Vrei să spui că simţi că el nu este alături de tine? s-a aventurat din nou Helga cu grijă.

— Pur şi simplu nu-i pasă de mine, s-a tânguit Helga. Nu-i pasă dacă trăiesc sau mor.

Având în vedere că Helga îşi dovedise deja înclinaţia către exagerare, Johnson nu a luat în serios ultima ei afirmaţie. Pur şi simplu nu putea să fie adevărată.

Mai departe, Johnson a aflat că la începutul acelei săptămânii, Helga se hotărâse să pună la încercare devotamentul soţului ei. Ea i-a spus lui Adam că avea de gând să se sinucidă. Nu mai suporta să vadă că lui nu-i pasă de ea, cu

atât mai mult cu cât ea renunțase la tot pentru el. De fapt, l-a anunțat ea, o să se ducă în pivniță chiar în acel moment și o să se spânzure. Adam a rămas nemișcat, fără să spună un cuvânt.

Helga a trecut la fapte. Ea s-a dus și a luat o frânghie din garaj și, în mod intenționat, a trecut pe lângă soțul ei cu frânghia în mână. S-a oprit în fața lui și a început să-l acuze că este total lipsit de omenie pentru că nu făcea nimic ca să o oprească. Apoi a coborât la subsol și a trântit ușa în urma ei.

Adam s-a uitat nervos în direcția ușii, dar nu prea știa ce să facă sau măcar ce voia soția lui de la el. De fapt, el nu pricepuse niciodată ce voiau femeile și în special această femeie vulcanică din Estul Europei.

între timp, Helga reușise să se urce pe un scaun pentru a prinde frânghia de una dintre grinzi. Apoi a început să facă zgomot, ca și cum s-ar fi spânzurat. In realitate ea nu făcea decât să-și privească ceasul în lumina slabă din pivniță.

— Șase minute, a spus Helga. îți vine să crezi? Ticălosului i-a luat șase minute ca să coboare și să vadă ce fac. Puteam să fiu moartă și el abia se mișca.

— Am încercat..., a început Adam, dar Helga i-a tăiat-o imediat.

— Te-am ascultat destul până acum, a spus Helga.

— Stați puțin, i-a oprit Johnson ca un arbitru. Dați-mi voie să înțeleg. Vrei să spui că te-ai dus în pivniță pretinzând că te vei spânzura, când de fapt nu voiai decât să cronometrezi cât timp îi ia soțului tău pentru a încerca să te salveze?

— Exact! Aș fi putut să fiu moartă! a repetat Helga, și el nu a ridicat un deget ca să mă salveze. Cum să trăiesc cu un asemenea om?

Gin si o baie caldă

!

După toate cele auzite, Johnson nu știa pur și simplu cum să procedeze cu acest cuplu. în ziua aceea, ea a condus tot drumul până acasă vorbind de una singură. încerca să-și s aducă aminte cine i-a trimis la ea pe cei doi, pentru a se pu-tea răzbuna într-o bună zi. Femeia aceasta avea de gând să 0 înnebunească, cu atât mai mult cu cât Johnson nu înțelegea nimic din ce se petrecea. în mintea ei se apucase să des-(chidă MSD-ul, încercând să vadă ce diagnostic i s-ar potrivi Helgăi.

— M-am dus acasă, ne-a spus Johnson, și am făcut un lucru pe care m-aș abține să-l menționez în cărțile mele sau în workshop-uri. Dar am descoperit că este cel mai potrivit lu-: cru în astfel de situații. Am stat în cadă și am băut o gură sau două de gin. Nimic altceva. Mi se pare de-a dreptul uimitor, dar trebuie să recunosc că merge. Nu știu exact de ce, dar merge. Cred că în astfel de situații iese la iveală o altă parte din mine, o parte pe care o pot accesa numai în acest fel.

Cum stătea în baie, Johnson a început să vorbească de una singură: „Ce naiba faci? Credeam că ești un terapeut experimental. Terapeuții experimentali iau oamenii așa cum sunt. Ei pornesc de la ideea că oamenii au motive foarte întemeiate pentru a fi ceea ce sunt. Ei încearcă să nu aplice etichete și își folosesc imaginația pentru a se pune în locul celorlalți, simpatizând cu situația lor. Iar în cazul de față este vorba de un atașament dramatic — care seamănă întotdeauna cu o problemă de viață și de moarte —, prin urmare ce pot să însemne toate acestea?"

Printre sorbiturile de gin, Johnson a continuat să monolo-gheze ajungând încet-încet să facă progrese.

'— Lucrurile au început să-mi apară diferit. Mă simțeam ca și cum aș fi ajuns într-un loc nou, în care puteam să comunic cu Helga și să o înțeleg.

La următoarea ședință Johnson a abordat o atitudine diferită față de Helga.

— îmi pare atât de rău, s-a scuzat ea față de Helga, dar la ultima noastră ședință eram foarte obosită. Tu erai supărată și mi-am dat seama după aceea că eu nici măcar nu am fost în stare să te ascult cu mai multă atenție.

Helga a fost foarte surprinsă de această mărturisire care a avut darul să o liniștească aproape instantaneu. Din momentul acela a început să o asculte pe Johnson cu mai multă atenție.

— La prima noastră ședință, a continuat Johnson, tu mi-ai relatat o poveste care la acea dată m-a surprins. Mi s-a părut cam ciudată. Dar gândindu-mă mai bine mi-am dat seama că de fapt tu ai făcut un lucru uimitor și curajos totodată. De fapt, tu crezi că omul acesta, soțul tău, nu este în stare să aibă grijă de tine așa cum ți-ai dori. Tu simți că nu te poți baza pe el — și cel mai bun exemplu este că dacă ai fi pe moarte e foarte probabil ca el să nu fie lângă tine așa cum ar trebui să fie un adevărat soț. Ai mari îndoieli în privința asta, care te macină necontenit. Oare, dacă ai muri, el ar fi acolo ca să te țină în brațe? Fie că recunoaștem sau nu acest lucru, toți avem acest tip de fantezie, în care ne imaginăm că persoana iubită va fi întotdeauna lângă noi în momentele grele. în cele din urmă tu nu ai făcut decât să pui la încercare această convingere a ta. Eu nu aș avea niciodată curajul să fac acest lucru.

Helga a izbucnit în lacrimi și timp de vreo douăzeci de minute a plâns încetișor. în tot timpul acesta, Johnson a simțit că, pe lângă satisfacția oferită de această nouă abordare a cazului, se simțea totodată rușinată de faptul că la început o judecase pe această femeie, atribuindu-i tot felul de etichete. încercase să o includă într-o anumită patologie în loc să facă eforturi pentru a înțelege prin ce trecea Helga — acesta fiind de altfel unul dintre cele mai importante principii ale metodei sale.

în continuare Helga a povestit despre traumele pe care le-a suferit cu ceva timp în urmă și despre pierderea teribilă și stresul legat de imigrarea în Canada. Iar acest lucru a făcut-o pe Johnson să se încline și mai mult în fața acestei femei.

Puterea de a înțelege

— Toată lumea spune că sunt nebună, a suspinat Helga [1] printre lacrimi.

Johnson a respirat adânc pentru că la rândul ei fusese pe punctul de a face același lucru.

— Toți ceilalți doctori m-au considerat sărită de pe fix. Am ; nevoie de cineva care să-mi spună că nu sunt nebună, că nu este drept să fiu numită așa. Știu că soțul meu nu este un om ș rău. El pur și simplu nu poate să fie lângă mine în felul în care > îmi doresc eu. în bună măsură este vina mea pentru că aștept de la el lucruri pe care nu este în stare să le facă.

Johnson a fost complet luată prin surprindere de profunzimea de care dădea dovadă Helga. Se pare că o dată ce simțea că este acceptată și că i se dă dreptate, ea putea să discute sincer despre situația ei, dând dovadă de o maturitate deosebită. Nu mai era nici urmă de maniérisme histrionice și de exagerări dramatice. Parcă era o altă persoană.

La următoarea ședință, Helga a deplâns sfârșitul mariajului ei, dar fără să dea vina pe soțul ei sau pe ea însăși pentru acest lucru. Ei hotărâseră să se separe declarându-și în același timp intenția de a rămâne în continuare prieteni apropiați. Când Helga a încercat să-i mulțumească lui Johnson pentru ajutor, aceasta s-a simțit jenată să-i accepte gratitudinea.

— Dar tu ai făcut totul, a protestat Johnson.

S-a abținut însă să admită că la început fusese pe punctul de a o abandona.

— Nu, a insistat Helga, ceea ce ai făcut tu a fost foarte important pentru mine. Tu ai acceptat ceea ce am spus eu. Mi-ai spus că nu sunt nebună. M-ai făcut să înțeleg singură anumite lucruri. Nimeni nu a mai făcut așa ceva pentru mine.

Acest caz, probabil mai mult decât oricare altul, i-a confirmat încă o dată lui Johnson cât de important este să-i

accepți pe oameni așa cum se prezintă ei când vin să-ți ceară ajutorul. De obicei, la prima întâlnire, oamenii sunt foarte disperați și vulnerabili. în această situație de multe ori este greu să întrezărești potențialul lor de a se corecta și maturiza. Atunci când

accepți felul în care ei văd lucrurile și le dai impresia că sunt înțeleși, acest potențial iese la iveală, așa cum s-a întâmplat în acest dramatic caz.

Johnson ne-a întrebat dacă ne putem imagina cum s-a simțit Helga stând pe scaun în pivniță și așteptând să vadă dacă soțul ei va veni să o salveze. Aceasta este imaginea pe care a avut-o despre ea când stătea în baie sorbind din paharul cu gin. Și acest lucru i-a venit în minte când a pus capăt vocii terapeutului care îi sugera un diagnostic și a încercat să-și imagineze ce ar simți dacă ar fi în situația ei. Iat-o pe această micuță femeie, disperată, stând pe scaun și făcând zgomote ca și cum ar fi pe moarte, vrând să verifice cât timp îi va lua soțului ei pentru a ajunge la ea. Câteodată alegem moduri ciudate, disperate chiar, de a vedea dacă cineva ține la noi, în felul acela foarte special. Iar uneori terapeuții învață să întrezărească dorințele și temerile noastre comune în aceste reacții foarte aparte.

Capitolul cincisprezece

Ernest Rossi

Doctorul hip-nas găseşte biletele pentru concertul lui Michael Jackson

a începutul carierei sale, Rossi s-a dedicat scrierii unor t [f] cărţi despre hipnoză, care cuprind studii de caz, manu-ale şi culegeri de articole. în anii care au urmat el a elaborat o abordare terapeutică ce se axa pe interacţiunile dintre procesele mentale şi cele corporale în procesul de vindecare. în acest sens el a publicat: The Psychobiology of Mind-Body Healing (Psi-hobiologia vindecării psihosomatice); Mind-Body Therapy (Terapia psiho-somatică); The February Man: Ideodynamic Healing in Hypnotherapy (Omul lunii februarie: O vindecare ideo-dinamică în hipnoterapie); Ultradian Rhythms in Life Processes (Ritmuri ultradiene în procesele vitale); Tire Symptom Path to Enlightenment (Calea simptomatologiei către iluminare); Dream, Consciousness, and Spirit (Visele, conştiinţa şi spiritul) şi cea mai recentă, The Psychobiology of Gene Expression (Psihobiologia expresiei genetice). în această ultimă lucrare, Rossi descrie cercetarea pe care a întreprins-o şi teoria aferentă referitoare la optimizarea creativităţii şi a dezvoltării mentale printr-o abordare integrativă care combină hipnoza, medicina alternativă şi psilto-imunologia. Această prezentare a ideilor sale reprezintă punctul culminant al muncii sale de o viaţă dedicată cercetării conexiunilor psi

hosomatice aşa cum apar ele în experienţa oamenilor.

Rossi activează într-o clinică privată din Los Osos, California.

înainte de a se lansa în descrierea unuia dintre cele mai controversate cazuri pe care le-a avut în cariera sa şi despre care nu a pomenit prea multe lucruri până acum, Rossi a ţinut să facă precizarea că respectiva clientă avea un mod de exprimare stereotip pe care se va strădui să-l redea cât mai exact cu putinţă. Aceasta deoarece dialectul specific al acestei cliente a dat naştere la numeroase neînţelegeri.

Fundalul contextual

în primul rând, pentru a înţelege semnificaţia pe care a avut-o acest caz pentru viaţa şi munca lui Rossi, este important să cunoaştem câteva lucruri despre istoria lui personală. Tatăl lui Rossi a imigrat din Italia ajungând într-un cartier sărac de muncitori din Bridgeport, Connecticut. Nici un membru al familiei lui Rossi nu a reuşit să facă mai mult de opt clase.

Cartierul în care a crescut Rossi, predominant italian, a început la un moment dat să se populeze cu afro-americani şi cu alte grupări etnice.

Muncitorii italieni se temeau foarte mult de negri. De fapt, părinţii din cartierul lui obişnuiau să-şi sperie copiii spunân-du-le „Dacă nu eşti cuminte, vine Omul Negru şi te ia". Negrii erau porecliţi în felul acesta.

Rossi a devenit cea mai educată persoană din familia sa. El era deosebit de mândru că reuşise să depăşească prejudecăţile şi rasismul care erau parte integrantă a culturii familiei şi a cartierului în care fusese crescut. Cu toate acestea, o bună parte din convingerile sale „revoluţionare" — cel puţin după standardele cartierului său — erau în mare măsură teoretice, întrucât el nu prea avea contacte cu cei din afara culturii sale.

Deşi era foarte dornic să cunoască şi alt fel de persoane decât cele pe care le întâlnise în copilăria sa, acest lucru nu s-a întâmplat practic decât în momentul în care şi-a părăsit cartierul aventurându-se în lumea largă.

Doctorul hip-nas

Rossi făcea terapie de foarte mult timp, când într-o zi a primit un telefon la birou.

— Eşti doctorul hip-nas? a întrebat femeia.

După voce, părea să fie vorba de o persoană de culoare, ceva mai în vârstă.

— Poftim?

— Ziceam, eşti doctorul hip-nas? Eşti doctorul de memorie?

Rossi a tăcut un moment încercând să-şi dea seama ce spunea femeia aceea. Apoi s-a luminat.

— Mă întrebi dacă fac hipnoză?

— Aşa e. Am nevoie de un doctor hip-nas pentru memoria mea. Tu faci asta?

Brusc, Rossi a devenit interesat. La vremea aceea era extrem de nerăbdător să-şi lărgească experienţa destul de limitată de altfel şi să lucreze cu oameni din cele mai diverse medii. Femeia aceasta ar fi putut să fie prima persoană de culoare din cariera sa — dacă reuşea să o convingă să vină la el.

Rossi nu prea a înţeles ce spunea femeia aceea, dar i-a făcut totuşi o programare şi i-a explicat cum să ajungă la biroul lui. Vorbirea ei era atât de neclară şi de greu de înţeles încât era aproape sigur că avea de a face cu o persoană al cărei creier era serios afectat. Poate acesta era cauza lipsei ei de memorie, s-a gândit el.

Abia după ce a închis telefonul, şi-a dat seama că din cauza vorbirii ei încâlcite nu a putut să-i ia corect numele sau numărul de telefon. Dar asta nu conta prea mult, s-a gândit el, de vreme ce ea urma să vină la birou.

Spre marea lui uimire, Mary a ajuns la birou la ora fixată. Era bine îmbrăcată şi atrăgătoare. Singurul lucru cam ciudat în înfăţişarea ei era părul care arăta cam dezordonat.

— Aşadar, a început Rossi, spuneai la telefon că ai probleme cu memoria şi că ai avea nevoie de hipnoză.

Mary a încuviinţat din cap cu hotărâre, lucru care a făcut să-i cadă părul pe podea. Era de fapt o perucă. în acel moment Rossi a văzut că femeia avea o cicatrice lungă ce pornea dintr-o parte a capului până spre frunte. Fără să se simtă câtuşi de puţin stânjenită, ea şi-a ridicat de jos peruca şi şi-a pus-o înapoi pe cap. Apoi i-a explicat lui Rossi că avusese un accident de maşină în urma căruia memoria ei a avut de suferit. Şi tot de atunci nu a mai fost în stare să vorbească clar.

Rossi era încântat şi fascinat de această femeie deşi nu înţelegea aproape nimic din ceea ce spunea ea. Acest lucru se datora nu numai vorbirii ei deformate de la accident ci şi faptului că el nu era obişnuit cu cadenţa şi ritmul limbajului negrilor.

Biletele la concert

Cazul acesta a avut loc în anii '70, când Michael Jackson era în culmea gloriei. în întreaga lume concertele sale se desfăşurau cu casa închisă. Era aproape imposibil să faci rost de un bilet la vreunul din spectacolele lui.

Cu toate acestea, cu o lună înainte, un individ a venit acasă la Mary şi i-a dat un pachet de bilete pentru concertul lui Michael Jackson care urma să aibă loc în curând. Erau locuri dintre cele mai bune, foarte scumpe şi exclusive, preţul lor însumând sute de dolari.

Rossi a încercat să afle de ce bărbatul acela i-a dat biletele şi de ce i-a cerut să le păstreze, dar nu a înţeles nimic din ce-i spunea ea. în cele din urmă el a trebuit să se mulţumească pur şi simplu cu ideea că biletele îi fuseseră date ei dintr-un anumit motiv şi că ea avea responsabilitatea să le ţină până la data stabilită. Se pare că întreaga familie ar fi putut să folosească aceste bilete pentru a merge la concert — cu condiţia ca biletele să fie recuperate într-un fel sau altul.

Rossi era foarte impresionat de această femeie şi de situaţia ei care emanau ceva exotic şi misterios, motiv pentru care a acceptat să se mulţumească cu acea descriere confuză a situaţiei. La urma urmei problema ei era foarte clară: ea ascunsese biletele într-un loc sigur, iar acum nu-şi mai putea aduce aminte unde este acel loc. Din această cauză, ea voia ca Rossi să o hipnotizeze pentru a-şi aminti unde le pusese.

Pentru început, Rossi a întrebat-o ce s-a întâmplat după ce individul i-a dat biletele.

— Era cineva în casă când a venit acel bărbat?

— Nu. Doa' eu.

— Și îți aduci aminte în ce cameră te aflai când ai văzut ultima dată biletele?

— Nu. Nu po' să mi-amintesc.

Au continuat să încerce să refacă paşii ei, dar era clar că amintirile ei despre ceea ce se întâmplase erau foarte vagi. Era supărată, fiind convinsă, așa cum erau de fapt și toți ceilalți din familia ei, că pierduse una dintre cele mai valoroase ocazii din viața ei. întreaga familie dedicase ore întregi căutării comorii, întorcând practic casa cu fundul în sus. A merge la concertul lui Michael Jackson era unul dintre cele mai bune lucruri care ți se putea întâmpla într-un an, așa că toată lumea era mai mult decât supărată.

De fapt, Rossi nu putea decât să fie de acord cu clienta sa. El însuși era un fan Michael Jackson și credea sincer că pierderea biletelor este o tragedie cumplită. Era hotărât să o ajute să le găsească.

Timpul zboară

Cel mai semnificativ lucru care a reieşit din această primă conversație a fost că Mary era foarte convinsă că ascunsese biletele într-un loc unde nimeni nu putea să le găsească.

Rossi a devenit atât de interesat de povestea ei și, încântat să lucreze cu cineva care era foarte diferit de toți ceilalți cu care venise în contact până atunci, nu a simțit cum zboară timpul.

Rossi era foarte mulțumit de sine. Era un tânăr terapeut, foarte educat și care lucra într-o clădire de peste un milion de dolari. Nu veneau prea mulți negri în această parte a orașului iar în afară de această clientă nu-și aducea aminte să se mai fi arătat vreunul la ușa biroului său. Se petreceau în el contratransferuri uriașe — era atât de bucuros să lucreze cu cineva ca Mary a cărei origine modestă se asemăna atât de mult cu a lui. A sfârșit prin a se identifica foarte mult cu ea.

Rossi se străduia atât de mult să rezolve situația cât mai bine cu putință încât a pierdut noțiunea timpului. Asaltată de o mulțime de întrebări despre familia și despre viața ei, la un moment dat Mary s-a lăsat pe spate și a început să dea din cap cu tristețe.

— Tu nu doctor hip-nas? a întrebat ea plină de suspiciune.

— Ba da. Bineînțeles. Eu fac hipnoză, a răspuns Rossi intrigat de faptul că ea devenise brusc îngrijorată.

Marry l-a cercetat cu atenție.

— Tu nu doctor hip-nas adevărat?

Rossi s-a uitat la ceas și a văzut că mai rămăseseră zece minute până la sfârșitul ședinței. Fusese atât de prins de povestea lui Mary încât uitase să treacă la hipnoza pe care aceasta o solicitase.

Rossi i-a explicat că înainte ca ei să poată trece la hipnoză este necesar să fie lămurite o serie de informații de bază. Apoi a întrebat-o dacă este gata să înceapă.

Mâini magnetice

La acea dată, cu toate că se afla la începutul carierei sale, Rossi începuse să experimenteze o serie de metode alternative de inducere a hipnozei terapeutice. Faptul că foarte puține

persoane pot să intre într-o stare de transă adâncă reprezintă o provocare pentru majoritatea terapeuților. Unii profesioniști susțin că numai 10 la sută dintre oameni sunt cu ade vărat hip-notizabili. Dar Rossi voia să aibă succes

cu ceilalți 90 la sută, ceea ce însemna că el trebuia să inventeze o metodă care să învingă rezistența lor obișnuită.

O procedură standard pentru a verifica susceptibilitatea oamenilor la hipnoză constă în a le cere să-și țină mâinile la o distanță de opt inch una față de cealaltă. Apoi terapeuții le sugerează că mâinile se magnetizează, apropiindu-se singure una de cealaltă. Aproape toată lumea simte o oarecare mișcare, motiv pentru care acest test nu este foarte apreciat de cercetători deoarece nu distinge foarte bine între subiecții potriviți și cei nepotriviți. Cu toate acestea, Rossi s-a gândit că succesul obținut atât de ușor cu această experiență neobișnuită a mișcării aparent involuntare a mâinilor unei persoane poate fi folosit ca o nouă metodă pentru facilitarea stărilor de transă. Pentru că această tehnică reușește cu aproape oricine, ea ar încuraja și ar întări convingerea oamenilor că pot să aibă succes cu orice tip de experiență pe care o presupune inducția hipnotică. Rossi a dezvoltat mai multe variante ale acestei abordări inovatoare care reprezintă un fel de placebo terapeutic pentru a centra atenția oamenilor asupra descoperirii unor soluții creative la problemele lor într-un mod care le este propriu și prin activarea puterilor și resurselor lor interioare ascunse de care cel mai adesea nu sunt conștienți.

Rossi i-a cerut lui Mary să-și ridice mâinile, cu palmele față în față. El i-a sugerat că în curând s-ar putea să observe că una dintre mâinile ei este mai rece sau mai caldă decât cealaltă. Sau că o mână este mai grea decât cealaltă, ceea ce înseamnă că o parte din ea știe unde sunt ascunse biletele. Încet-încet și cu ezitări, una dintre mâinile ei a început să se lase în jos.

— Da, Mary, în timp ce mâna ta continuă să se miște în jos, mai mult sau mai puțin de una singură, aș vrea să observi cât de multe lucruri începi să-ți amintești.

în timp ce continua să facă observații de încurajare, Rossi a constatat că Mary era foarte concentrată asupra ei. Ochii i se

închiseseră spontan fără să fie nevoie de nici o sugestie în acest sens. Zâmbea ca și când ar fi fost mulțumită de călătoria pe care o făcea. In timp ce mâna ei cobora foarte încet, el a observat că ochii ei se mișcau în spatele orbitelor și că expresia feței a început să i se schimbe — semn că era pe drumul cel bun în ce privește recuperarea memoriei.

In timp ce se petreceau aceste lucruri, Rossi a susținut-o pe Mary în căutările ei, înștiințând-o că pe măsură ce mâna ei cobora ea devenea din ce în ce mai capabilă să-și amintească. Exact în momentul în care mâna ajunsese la jumătatea drumului spre poala ei, Mary a înțepenit. Gura ei s-a deschis ca și cum ar fi vrut să spună ceva, dar părea că se află în conflict cu ea însăși, luptându-se să-și țină buzele strânse de parcă nu ar fi vrut să tulbure concentrarea și atenția ei interioară.

— Ți-ai amintit deja ce trebuie, nu-i așa? a întrebat-o Rossi.

Mary a încuviințat din cap cu o mișcare abia perceptibilă, nevrând să tulbure nimic din ceea ce se petrecea cu ea.

— O să continui să-ți amintești, nu-i așa? a îndemnat-o Rossi apoi.

Mary a încuviințat din nou din cap.

— Acum poți să vezi exact unde ai pus biletele acelea.

O altă încuviițare din cap.

— Bine. Asta e minunat. Ce se va întâmpla peste câteva minute, după ce vei fi absolut sigură că știi unde sunt biletele și îmi vei spune și mie?

Câteva clipe Rossi nu a spus nimic, lăsând întrebarea în aer. Tehnica lui obișnuită era să nu solicite și să nu direcționeze ceva în acest proces, lăsându-și clientul să decidă singur ce vrea să facă. El sugerează întotdeauna mai multe opțiuni, astfel încât orice alege clientul să facă va merge la fel de bine, iar procesul se va desfășura fără să apară vreo rezistență din partea acestuia.

— Ochii tăi se vor deschide sau vor rămâne închişi atunci când îmi vei spune şi mie ce ai văzut?

Mary a început să-şi deschidă încet ochii. Aveau o expresie fixă. Corpul nu s-a mişcat. Mâna se afla în continuare la ju-

mătatea drumului. Era încă într-o transă adâncă. Ea s-a uitat fix în ochii lui Rossi.

— Acum eşti pregătită să-mi spui şi mie unde sunt biletele?

Mary a încuviinţat din cap.

— Bine, a spus Rossi, ţinându-şi respiraţia în aşteptarea momentului adevărului. Unde sunt biletele?

Misterul este rezolvat

în acel moment Rossi s-a uitat la ceas şi a observat că timpul alocat şedinţei expirase. îl aştepta un alt client şi nu voia să întârzie. întotdeauna fusese punctual. Trebuia să încheie imediat şedinţa pentru că avea nevoie de cel puţin câteva minute pentru a o scoate pe Mary din transă.

De îndată ce Ernie a început să dea înapoi procesul, a auzit-o pe Mary şoptind ceva.

— Duuap, a murmurat ea indistinct.

— Ce ? Ce ai spus? a întrebat Rossi încercând să-şi controleze nerăbdarea.

Iată că ea îi oferea răspunsul dar el nu înţelegea. Chiar şi în condiţii optime îi era foarte greu să înţeleagă ce spunea ea, iar sub hipnoză era şi mai dificil pentru că vorbea în şoaptă.

— Duuap, a repetat ea ceva mai tare ca înainte. Este în duuapul de leşerie.

— Duuapul de leşerie?

Rossi nu putea decât să repete sunetele pe care le auzise.

— Da, bine'nţeles, sunt în acel duuap.

Duuap, s-a gândit Rossi. Duuap de leşerie. Dintr-o dată s-a luminat. Acum înţelegea ce voia ea să spună: biletele erau în dulapul cu lenjerie!

Biletele nu au putut fi găsite până atunci pentru că nici unul dintre membrii familiei nu avea acces la dulapul cu lenjerie. în acest dulap erau păstrate lucrurile cele mai de preţ şi numai bunica Mary putea să umble în el. Nimeni nu ar fi îndrăznit să se apropie de acest loc sacru chiar dacă ar fi avut

cheile. Rudele lui Mary întorseseră toată casa pe dos, dar nici uneia dintre ele nu-i dăduse prin cap să caute în dulapul cu lenjerie al bunicii. Era ca şi cum locul interzis ar fi fost invizibil.

Mary avea un zâmbet enorm pe chipul ei. Acum ştia unde pusese biletele.

Rossi era şi el mulţumit pentru că misterul fusese rezolvat în cele din urmă. în momentul următor însă, el a început să se îngrijoreze gândindu-se că, din cauza leziunilor pe care Mary le avea pe creier, era posibil ca ea să nu-şi mai aducă aminte ceea ce tocmai descoperise. La acea vreme, exista convingerea că hipnoza efectuată în scopul recuperării memoriei nu era eficientă în condiţiile în care existau leziuni pe creier. în consecinţă, Rossi a decis să scrie pe una din cărţile lui de vizită: „Caută în dulapul cu lenjerie!" El intenţiona să-i dea lui Mary această carte de vizită. Cu siguranţă că ea ar fi arătat-o familiei şi astfel biletele ajungeau să fie recuperate.

La sfârşitul şedinţei Rossi era foarte grăbit aşa că cei doi şi-au spus repede la revedere. După ce Mary a plecat, el şi-

a adus aminte că uitase să-i ceară numele, adresa şi numărul de telefon.

A doua zi, Rossi a găsit pe robotul telefonului un mesaj de la una din rudele lui Mary care îi adresa mii de mulţumiri pentru că o ajutase pe bunica lor să-şi aducă aminte unde pusese biletele. Din păcate nici această persoană nu lăsase vreun număr de telefon sau vreo adresă la care Rossi ar fi putut să trimită nota de plată pentru şedinţele bunicii. Dar asta conta foarte puţin pentru că Rossi se simţea răsplătit din plin prin simplul fapt că avusese ocazia să ia parte la un tratament atât de neobişnuit şi care fusese încununat de succes.

Postscriptum

Câţiva ani mai târziu, Rossi era pe punctul de a se muta în-tr-un birou nou. în timp ce îşi desfăcea în bucăţi biroul său modular, el a observat un cartonaş prins într-una din laturile

acestuia. L-a luat şi a văzut că pe spatele lui era scris ceva de mână: „Caută în dulapul cu lenjerie!".

Uimit, el şi-a dat seama că la şedinţa cu Mary fusese atât de grăbit încât uitase să-i mai dea cartea de vizită pe care notase acele cuvinte. Se pare că, în ciuda afecţiunilor sale craniene, ea reuşise cumva să-şi aducă aminte de ceea ce descoperise în timpul hipnozei.

Abia acum, după treizeci de ani, cercetările neurologice au stabilit că creierul se poate vindeca chiar şi la o vârstă adultă. Ca urmare a unor anumite exerciţii şi a unor experienţe noi şi complexe, pot să apară noi neuroni. Şi poate că aşa funcţionează hipnoza terapeutică — reprezentând o experienţă de viaţă complet nouă şi complexă care ne antrenează cele mai creative facultăţi pentru a facilita vindecarea.

Capitolul şaisprezece

Arthur Freeman

Avocatul de coşmar

r

---

unea desfăşurată de Art Freeman în domeniul terapiei cognitive a avut un impact semnificativ asupra publicului general şi de specialitate. El a

scris o serie de cărţi de specialitate care aplică metodele cognitive

— care îşi propun să modifice procesele interne de gândire ale oamenilor în scopul de a schimba percepţiile şi comportamentul lor

— la persoanele ce suferă de tulburări severe. El şi-a petrecut o bună parte din carieră lucrând cu pacienţi foarte dificili de care cei mai mulţi dintre terapeuţi fug înspăimântaţi — cei care au tulburări de personalitate cronice şi netratabile şi care îi fac să fie foarte mani-pulanţi şi vicleni, punând în permanenţă la încercare răbdarea ce

lorlalţi.

Printre cele mai cunoscute cărţi de specialitate ale lui Freeman se numără: Cognitive Therapy of Personality Disorders (Terapia cognitivă a tulburărilor de personalitate), Clinical Applications of Cognitive Therapy (Aplicaţii clinice ale terapiei cognitive) şi The Comprehensive Casebook of Cognitive Therapy (Repertoarul terapiei cognitive). De asemenea, el a popularizat aceste concepte într-o serie de cărţi precum Woulda, Coulda, Sho-ulda:

Overcoming Mistakes and Missed Opportunities (Mintea de pe urmă: Cum să eviți să faci greşeli şi să ratezi ocaziile care ți se ivesc) și The Ten Dumbest Mistakes That People Make and How to Overcome Them (Cele mai prosteşti zece greşeli pe care le fac oamenii și cum pot fi ele evitate).

Freeman este şeful departamentului de psihologie de la Colegiid Philadelphia pentru Medicină Osteopată.

*

* X-

Când Percival și-a făcut apariția pentru prima dată în birou, lui Freeman nu i-a venit să-și creadă ochilor. In fața lui stătea, într-o atitudine impecabilă, un bărbat îmbrăcat cu un strălucitor costum tartan din stofă roșie. Țesătura era de genul celei care poate fi observată la cei care frecventează cluburile folclorice -— numai că la aceştia din urmă pantalonii sunt asortați la un jerseu albastru. Dar acest individ purta un costum din trei piese care îți sărea în ochi. Cu greu te puteai uita la el fără să-ți fereşti imediat privirea.

Primul lucru pe care i l-a adus la cunoştință lui Freeman a fost educația lui excelentă. Absolvent al Colegiului Yale. Facultatea de Drept, la Universitatea Harvard. Apoi un an la Oxford. Deși petrecuse doar un an studiind în Anglia, el adaptase expresiile și accentul unui a vocat britanic, adică exact ceea ce își imagina el că este.

— Ei bine, onorate domn, s-a adresat el noului său terapeut de parcă ar fi fost în fața instanței, haideți să începem.

Istoria familiei

Freeman a descoperit în curând că pacientul său cu accent britanic fals și cu costum din stofă roșie, deși avea o educație de primă mână, nu părea totuși să aibă vreo slujbă permanentă. El își schimbase în repetate rânduri locul de muncă. Pur și simplu nu era în stare să stea mai mult de câteva luni într-un serviciu.

înainte să cerceteze situația curentă a clientului său, Freeman a vrut să afle câteva lucruri despre familia sa. Astfel, el a aflat că în copilărie Percival a avut parte de o serie de evenimente traumatizante. într-o zi, când a venit de la școală, l-a

găsit pe tatăl său zăcând în dulap. El a văzut o baltă de sânge care se scurgea pe sub uşa dulapului. Tatăl său se sinucisese tăindu-și carotida. Din anumite motive, el a vrut ca fiul lui să descopere această scenă.

Mama lui Percival a murit în urma unei supradoze de medicamente; nu s-a putut stabili dacă a fost vorba de un accident sau de o sinucidere.

Intr-o zi foarte geroasă, unul dintre frații mai mici ai lui Percival s-a dus până la un lac înghețat. Acolo și-a dat jos toate hainele de pe el și s-a aşezat în zăpadă. în dimineața următoare a fost găsit mort.

Aceste evenimente îngrozitoare nu puteau să explice pe deplin înfățișarea ciudată a lui Percival și istoria pendulărilor lui între diferite locuri de muncă. Cu toate acestea, ele furnizau un oarecare context al excentricității lui.

Percival face rost de primul său client

în continuare, Freeman l-a îndemnat pe Percival să povestească mai amănunțit despre slujbele pe care le-a avut și despre modul în care a reuşit să le piardă. Art era extrem de curios să afle cum un judecător educat la Ivy League a putut să eşueze atât de lamentabil în cele mai multe din lucrurile pe care încercase să le facă.

Percival a relatat istoria angajărilor sale, trecând în revistă o serie de ghinioane pe care le-a avut, unele după altele. Apoi a început să povestească despre incidentul care l-a înfuriat cel mai mult. La vremea aceea el tocmai lucrase ca judecător de stat reușind performanța rar întâlnită de a fi eliberat involuntar din serviciul civil.

Deși lucrul acesta îl făcea să se simtă îngrozitor, el a decis să depună o cerere pentru ajutor de șomaj. Ajuns la biroul

de şomaj, el a constatat nu numai că era singura persoană albă dintre cele prezente acolo dar cu siguranţă şi singura îmbrăcată într-un costum din trei piese şi care purta o valiză diplomat din piele. S-a aşezat la rând cu sute de alţi oameni ca să

constate după câteva ore de aşteptare că completase nişte hârtii greşite.

— Completează Formularul 99-7, i-a spus funcţionarul cu o voce plictisită, şi apoi treci înapoi la rând.

•— Cum îndrăzneşti să tratezi în felul acesta pe cineva de valoarea mea! a spus Percival cu un accent britanic plin de aroganţă. Trebuie să-ţi aduc la cunoştinţă că sunt membru al baroului din acest stat. Pot ocupa postul tău.

Funcţionarul şi-a ridicat nasul din hârtiile de pe birou şi fără să scoată un cuvânt i-a aruncat o privire plină de ură.

Oamenii din spatele lui Percival au început să facă glume pe seama lui, dar el a continuat să-l fixeze pe funcţionar fără să-i bage în seamă.

— Vreau să vorbesc imediat cu şeful tău, a spus el uitându-se la ceas ca şi când ar fi fost prea ocupat ca să-şi bată capul cu asemenea oameni de rând.

— Nu am şef, i-a spus funcţionarul cu o voce de-a dreptul ameninţătoare. Dacă te dai mare că eşti un avocat atât de grozav, cum se face că nu ştii ce formular trebuie să completezi? Şi acum du-te şi stai din nou la coadă.

Cei de la rând au râs plini de satisfacţie. După atâtea ore de aşteptare în care se plictisiseră, incidentul acesta li se părea un divertisment plăcut.

Percival a rămas pe loc neştiind ce să facă. Suferise deja destule umilinţe pe ziua aceea, dar în nici un caz nu avea de gând să dea înapoi în faţa amărâtului acela de funcţionar idiot. El a cercetat cu atenţie în jur şi a văzut o uşă pe care scria Intrarea interzisă, numai pentru angajaţi. Prin urmare, aici se ascundea supervizorul.

Percival şi-a strâns formularele pe care le-a făcut ghemo-toc într-o mână, după care şi-a luat servieta şi s-a îndreptat către acea uşă. Ca urmare a agitaţiei provocate de schimbul de replici cu funcţionarul, paza era în alertă astfel că ea l-a imobilizat imediat pe Percival care încerca să intre cu forţa în zona interzisă.

— Cum îndrăzneşti! a strigat Percival spre deliciul audienţei. Dă-mi drumul imediat. Asta e brutalitate poliţienească! Aţi

văzut, oameni buni, cum mă agresează acest om din Neanderthal?

în cele din urmă a fost chemată poliţia pentru a pune capăt disputei. In felul acesta Percival a fost acuzat de infracţiunea de intrare într-o zonă interzisă şi de alte încălcări ale legii referitoare la ameninţările la adresa angajaţilor de stat.

Percival încercase o vreme să practice avocatura în particular, dar nu a găsit pe nimeni pe care să-l reprezinte. Acum, vestea bună era că avea primul său caz: trebuia să se apere pe sine în instanţă de acuzaţiile care îi fuseseră aduse.

Sugestii pentru partenerul managerial

Lucrurile s-au calmat. Acuzaţiile au fost retrase, deşi acest lucru nu a fost nici pe departe rezultatul apărării judiciare prezentate de Percival. în cele din urmă, un prieten l-a ajutat să se angajeze la o firmă mare unde trebuia să presteze o muncă mai degrabă potrivită pentru un student în anul doi la Drept. Ei l-au instalat într-un birou unde se aflau mormane peste mormane de cazuri neterminate care mai aveau nevoie de o simplă hârtie sau de un telefon înainte de a fi clasate.

Constatând ce sarcină măruntă i se repartizase, Percival a fost cuprins de indignare. Cum îndrăzneau să-l trateze cu atâta lipsă de respect! Şi s-a hotărât să-i dea de îndată o lecţie partenerului managerial. Trecând ca o furtună pe lângă secretară, el a intrat în cabinet unde a început să ţipe la un domn mai în vârstă care a rămas foarte uimit.

— Cu siguranță că nu-ți dai seama că sarcinile acestea umile care mi-au fost repartizate sunt total necorespunzătoare cu educația și statutul meu profesional, a proclamat Percival. în loc să fac munca asta stupidă de scrib ar trebui să mă ocup de cele mai dificile cazuri pe care le ai. La Harvard ni se spunea mereu că lipsa de apreciere a talentelor este una dintre cele mai frecvente erori care se fac în astfel de locuri. De fapt, tocmai v-am pregătit o listă cu ceea ce ar trebui să faceți pentru ca lucrurile să meargă mai bine în firma asta de doi bani.

Percival a fost imediat escortat afară din birou de către cei care asigurau paza. Nu i s-a dat voie nici măcar să-și recupereze geanta diplomat care i-a fost înmânată numai după ce a ajuns afară din clădire.

Cu permisiunea cardinalului

Freeman și-a dat seama că întreaga existență a lui Percival fusese marcată de asemenea crize care se succedau permanent. Acest lucru se întâmpla fie pentru că nu era apreciat de către ceilalți, fie pentru că oamenii nu realizau pe deplin de ce capacități dispunea el. Lucrul acesta era valabil nu numai în cazul locurilor de muncă pe care le pierduse, dar și în alte domenii ale vieții lui.

— Haide să facem un program pentru astăzi, i-a propus Freeman lui Percival la începutul ședinței. Ți s-a întâmplat ceva în ultima săptămână despre care crezi că ar trebui să știu și eu?

Freeman nu a putut să nu observe că Percival avea fața umflată și ochii învinețiți. Ramele ochelarilor săi erau prinse cu bandă adezivă.

— Ei, m-am simțit cam demolat în ultimul timp.

— Văd. Dar ce s-a întâmplat cu fața ta?

Percival a spus că în timp ce se plimba pe stradă gândindu-se la ale sale a fost abordat de o persoană fără adăpost.

— Hei, amice, i-a spus individul, poți să-mi dai o țigară?

— In primul rând, creatură demnă de dispreț ce ești, i-a răspuns Percival întorcându-se către el, eu nu sunt amicul tău. In al doilea rând, după câte văd, ai nevoie mai degrabă de o slujbă bine plătită decât de o țigară.

Freeman s-a mirat gândindu-se că Percival însuși nu avea o slujbă mai bună decât acest om al străzii și totuși avea tupeul să se ia de ceilalți.

— Și ce s-a întâmplat după aceea? l-a întrebat Freeman pe Percival.

— Ei, creatura m-a lovit. Mi-a dat un pumn în față fără nici un motiv. Am încercat să dau de un polițist, dar nu era nici unul prin preajmă.

— Dar bine, Percival, de ce Dumnezeu nu ți-a trecut pur și simplu prin minte să-i dai tipului o țigară sau să-l ignori?

— De ce să fi făcut asta?

— Ca să eviți să primești un pumn în față.

— Ei bine, câtă vreme asemenea creaturi populează urbea noastră cinstită, este de datoria mea să le aduc la cunoștință că viața lor nu are nici un rost dacă nu-și găsesc o slujbă bine plătită.

Freeman a făcut tot posibilul să-i explice că există și alte modalități cu mult mai practice și mai avantajoase de a intra în contact cu oamenii, dar Percival susținea că nu a fost înțeles. Acest incident i-a adus aminte de o altă poveste sau mai bine zis de o altă criză din care abia scăpase.

De curând fusese la o bibliotecă de drept de la o universitate locală cu intenția de a se documenta în vederea procesului pe care îl deschisese împotriva statului pentru felul în care fusese tratat la oficiul de șomaj. Spre

surprinderea lui, de data aceasta el a avut puțin noroc și a dat peste o bibliotecară care l-a ajutat foarte mult. Cei doi au început să se întâlnească și au înfiripat o relație, prima de care Percival se bucura după o perioadă foarte lungă de timp.

Noua iubită a lui Percival era o catolică foarte credincioasă. Cum trecuse atât de multă vreme de la ultima sa relație sexuală că aproape nu-și mai aducea aminte de ea, Percival a devenit foarte insistent în timpul îmbrățișărilor lor. Dar, cu toate că îi plăcea foarte mult Percival, femeia susținea că nu va avea relații sexuale până după căsătorie. Putea doar să o mângâie fără ca să-și dea jos hainele de pe ea.

Percival a pledat cazul lui înaintea femeii — susținând că ei se plac unul pe celălalt, că amândoi vor să facă sex —, dar ea a rămas fermă în privința limitelor pe care le stabilise. Era de-a dreptul împotriva convingerilor sale religioase să facă sex în afara căsătoriei și fără binecuvântarea bisericii.

Chiar în acea săptămână, Percival a sunat la arhidiocеză pentru a face o programare la cardinal. Acesta nu era un cardinal oarecare ci un bătrân foarte conservator care ar fi putut sta foarte bine la dreapta lui Attila, căpetenia hunilor. Monseniorul l-a invitat la el și i-a explicat că din păcate cardinalul era foarte ocupat, dar ar fi bucuros dacă ar putea să preia el mesajul lui.

— De fapt, a spus Percival, ceea ce aveam în minte era un dialog rațional între doi oameni inteligenți. Am o problemă cu biserica și cred că dumnealui ar putea să o lămurească.

— Ei bine, a spus monseniorul, cred că ați putea să-mi spuneți mie despre ce este vorba.

— Desigur, domnul meu. Vedeți, eu mă întâlnesc cu o tânără femeie care este membră a organizației dumneavoastră sau, aș putea spune, a confesiunii dumneavoastră.

— înțeleg.

— Și ținem foarte mult unul la celălalt.

— Foarte bine.

— Ei bine, e simplu, și-a dat el drumul la gură, noi vrem să facem sex, dar ea susține că nu poate pentru că este catolică. Nu am auzit în viața mea ceva mai ridicol!

Monseniorul a tăcut pentru un moment, foarte încurcat de situația respectivă.

— Sunteți căsătoriți? a întrebat el.

— Cu siguranță că nu!

— Ei bine, sunteți logodiți?

— Nu. Dar ce legătură au toate acestea cu problema mea?

— Atunci, îmi pare rău, dar potrivit obiceiurilor noastre, un asemenea comportament este inacceptabil.

— Prin urmare, vreți să spuneți că sexul este în afara oricărei discuții?

— Da, domnule, exact asta vreau să spun. Cardinalul nu poate fi deranjat cu asemenea probleme.

— Ei bine, atunci, s-a înverșunat Percival, ce spuneți despre sânii ei?

— Despre ce?

— Despre sânii ei. Sânii ei! Știți, chestiile acelea pe care doamnele le au pe piept.

— Ce-i cu ei? a spus monseniorul, din ce în ce mai tulburat de turnura pe care o luase conversația.

— Ei bine, voiam să știu dacă am voie să-i ating sau trebuie să cer permisiunea cardinalului și pentru asta?

— Ceea ce vă sugerez, a spus monseniorul cu o voce încordată, este să-i spuneți prietenei dumneavoastră să meargă cât mai curând posibil la biserică și să se confeseze.

— Prin urmare, răspunsul este nu?

Vorbind pe limba lui

Cu câțiva ani înainte de a ajunge la Freeman, Percival trecuse printr-o terapie de lungă durată, încercând să asimileze trecutul său traumatic, să-și stabilizeze situația profesională și de asemenea să se refacă după mariajul lui cu o avocată care absolvise o școală „mai puțin importantă" decât a lui. Ei aveau un fiu împreună, dar împotriva lui Percival fusese emis un ordin de restricție care îl împiedica să se apropie de fosta lui soție și de copil. Se pare că în trecut el îi agresase verbal pe cei doi.

Știind că toate eforturile terapeutice anterioare se dovediseră ineficiente, Freeman și-a propus să pornească cu o agendă modestă. Prioritatea sa majoră era să-l ajute pe Percival să identifice acele aspecte ale vieții sale pe care ar trebui să le reajusteze. Acest lucru presupunea, de exemplu, anumite modificări ale stilului său interpersonal și, bineînțeles, renunțarea la așteptările sale nerealiste pe care le avea față de ceilalți. Din cauza depresiilor pe care le-a avut în trecut și a istoriei sinuciderilor din familia sa, Freeman i-a administrat și un test pentru măsurarea stabilității sale emoționale curente. Testul presupunea ca Percival să evalueze fiecare item pe o scară de la 1 la 5. Dar când Freeman s-a uitat la rezultate, a observat că Percival notase anumiți itemi cu 2.5 sau chiar cu 3.65, refuzând să se rezume la variantele oferite cu intenția de a fi mult mai precis în răspunsurile sale.

Altă dată, Freeman i-a cerut lui Percival să completeze un chestionar care îi cerea să facă o listă cu cele mai disfuncțio-nale gânduri ale sale, cum ar fi „Nu e sfârșitul lumii doar pentru că oamenii nu se comportă așa cum aș dori eu" sau „Nu e deloc realist din partea mea să mă aștept să primesc permisiunea cardinalului pentru a mă culca cu una dintre enoriașele sale". Asemenea teme pentru acasă ocupă un loc important în metoda pe care o folosește Freeman. în felul acesta oamenii sunt ajutați să-și identifice diferitele maniere în care ei exagerează și distorsionează lucrurile care se întâmplă în viața lor, exacerbându-și astfel propria lor suferință.

Când chestionarul i-a fost returnat, Freeman a observat că răspunsurile nu erau scrise în engleză.

— Percival, îmi pare rău, dar nu pot să fac altceva decât să observ că ai scris tema pentru acasă în franceză.

— Mais oui! a spus Percival.

— Și pot să te întreb de ce?

— Da, bineînțeles! Pentru că limba franceză mi s-a părut mult mai expresivă.

— Frumos. Dar cum crezi tu că aș putea să citesc asta?

— Vrei să spui că un om ca tine, despre care se presupune că este educat, nu poate să citească în franceză? Quelle dommage!

— Uite ce e, Percival, nu sunt decât un biet evreu din Bronx. în cartierul meu nimeni nu și-a pus vreodată problema să învețe franceza. Și poate că presupunerea ta că sunt sau că ar trebui să fiu în stare să vorbesc limba ta nu este decât un exemplu al felului în care te raportezi la cei din jurul tău.

Percival amenință că dă în judecată

Percival avea atât trăsături narcisiste cât și histrionice, a explicat Freeman. Manifesta frecvent tendințe suicidale și,

având în vedere istoria familiei lui, acest lucru îl îngrijora foarte mult. Lua medicamente pentru somn, pentru că, spune el, nu reușea să se relaxeze în pat, gândindu-se mai tot timpul la diverse lucruri.

în timpul perioadelor de stres, care erau din ce în ce mai frecvente în momentele de criză, Percival îl suna pe Freeman pentru a-i cere ajutorul. în cursul unei asemenea convorbiri telefonice care a avut loc la o oră târzie din noapte, Art a simțit că situația începuse să-i scape de sub control. Deși era foarte preocupat de pacientul lui, el a considerat că e cazul să introducă niște limite mai stricte în relația cu acesta.

— Percival, ți-am atras atenția de nenumărate ori că noi doi am stabilit o înțelegere.

— Sunt foarte conștient de acest lucru, doctore. La urma urmei, sunt membru al baroului și un expert în contracte. Nu trebuie să fii condescendent.

— Dacă așa stau lucrurile, a spus Freeman răbdător, atunci poate îți vei aminti că noi ne-am înțeles să mă suni doar în caz de urgență.

— Bineînțeles că îmi aduc aminte de acest lucru. Dar aceasta este o urgență. Am ajuns să fumez trei pachete de țigări pe zi. Nivelul meu de stres este atât de ridicat că abia reușesc să mai fac față.

— Percival, putem să vorbim despre toate acestea la ședințele pe care urmează să le avem.

— Dar, doctore, ceea ce vreau să spun este că tu nu mă ajuți.

— îți mulțumesc că împărtășești această părere. Și îți promit că vom vorbi data viitoare despre acest lucru, dar acum nu este cazul. Acum am să închid.

— Doctore, dacă închizi, sunt aproape sigur că am să mă sinucid.

— Dacă așa stau lucrurile, atunci trebuie să te ducem la urgență. Am să sun poliția chiar acum și ei vor...

Percival a închis.

Treizeci de minute mai târziu, telefonul a sunat din nou.

— Doctore, vreau doar să-ți spun că simt atât de supărat din cauza felului în care mi-ai vorbit mai devreme că am luat un vas foarte prețios și l-am aruncat pe podea. Era o piesă chinezească foarte valoroasă, iar acum zace împrăștiată pe po-

dea. S-a spart din cauza lipsei tale de atenție. Mă aștept să o plătești pentru că a fost vina ta.

— Percival, a spus Freeman cu o voce controlată nevrând să muște momeala, după cum ți-am mai spus, putem vorbi despre asta la următoarea noastră ședință. La revedere.

La următoarea lor întâlnire, Freeman a constatat că o altă criză se declanșase între timp.

— M-ai adus în pragul sinuciderii, a început Percival conversația.

— Ce am făcut?

— M-ai auzit bine. Prima dată m-ai făcut să sparg vasul, iar apoi m-ai enervat atât de mult că am avut un alt incident.

Freeman s-a străduit din greu să nu se încrunte indignat. El a învățat din experiența pe care a avut-o cu Percival și cu alții ca el care manifestă asemenea tendințe manipulative și egocentriste că este esențial să rămâi cât mai calm posibil.

— Așadar, cum se face că te-ai simțit atât de neajutorat săptămâna asta?

De fapt, Freeman nu-1 mai văzuse niciodată pe Percival atât de agitat.

— Am crezut că totul va fi mai bine, a început Percival. Am auzit de slujba asta nemaipomenită.

— înțeleg.

— Ei caută un partener senior la această firmă mare.

— Continuă, l-a îndemnat Freeman, stăpânindu-se să nu dea din cap în semn de neîncredere.

Freeman bănuia că o să urmeze o altă poveste amuzantă și nu s-a înșelat. Percival fusese la un centru de copiat din cartierul său pentru a-și imprima CV-ul în vederea cererii pe care urma să o facă pentru postul de partener senior. Cel care lucra la copiator a îndoit una din paginile lui în timp ce o introducea în mașină.

— Uite ce ai făcut, i-a spus Percival individului. Mi-ai distrus complet documentul. Este pur și simplu inacceptabil.

— Liniștește-te, i-a spus individul, nu este decât o pagină. Dacă te deranjează, o pot introduce din nou în copiator fără nici o problemă.

— Dacă mă deranjează? Dacă mă deranjează? Cred că glumești. In felul ăsta mi-ai ruinat orice șansă de a mai obține o slujbă importantă. Trebuie să-ți spun că sunt avocat. Iar acum sunt atât de supărat că nu am să mai fiu în stare nici măcar să mă duc la interviu.

Percival a smuls apoi hârtiile mototolindu-le și mai mult. Foarte nervos, el și-a pus geanta diplomat pe tejghea, a deschis-o și a pus CV-ul înăuntru.

— îți aduc la cunoștință în calitate de avocat că îmi va face o deosebită plăcere să vă dau în judecată pe tine și pe această instituție mizerabilă.

— A, da? a spus individul de la tejghea. Ei bine, atunci află că sunt student în anul trei la Drept. Am o copie a CV-ului tău. Cu adresa și cu numărul tău de telefon. Știu unde locuiești. Și mai știu că nu poți să amenințioamenii că îi dai în judecată pentru lucruri frivole. Am de gând să te reclam la Asociația Baroului de Stat.

Acum Percival credea că își va pierde licența de practicare a avocaturii.

— Ei bine, l-a întrebat Freeman, pur și simplu nu înțeleg de ce îți este atât de greu să-ți ții gura?

Percival s-a mulțumit să răspundă că din nou a fost înțeles greșit și că în nici un caz nu era vina lui. Lumea era plină de idioți, cretini și de alte asemenea creaturi. Pur și simplu avusese din nou ghinion.

Spitalul

în cele din urmă situația lui Percival s-a înrăutățit până în punctul în care a devenit extrem de depresiv și cu tendințe sui-cidale. Freeman i-a sugerat că ar fi timpul să ia în considerare posibilitatea internării într-un spital pentru un timp și, spre surprinderea lui, Percival a acceptat imediat.

Din nefericire, camera lui Percival era dotată cu telefon. Nu se știe cum, a reușit să convingă pe cineva din personalul spitalului să-i aducă o copie a listei cu numerele de telefon ale

membrilor școlii medicale care administra spitalul în care el se afla. Având lângă el impresionantul său diplomat și o grămadă de foi împrăștiate în tot patul, Percival a început să-i sune pe cei care se aflau pe listă. El l-a sunat pe decanul școlii medicale. L-a sunat pe șeful departamentului de psihiatrie. I-a sunat chiar și pe președintele universității și pe membrii consiliului administrativ. De fiecare dată, el îi amenința că îi dă în judecată pentru malpraxis, ca urmare a tratamentului incompetent care îi fusese administrat.

Au fost organizate diverse comisii pentru a investiga aceste acuzații. Percival alcătuise un dosar uriaș în care relata

despre tratamentul inadecvat care i se acordase, iar una sau două pagini erau dedicate modului în care Freeman se ocupase de el. Art a observat că pe lângă alte revendicări pe care le formulase în proces, Percival voia ca el să-i plătească vasul spart.

Când a fost chemat să se apere, Freeman a venit înarmat cu teancul de însemnări. Comisiei de investigație nu i-a luat prea mult timp să renunțe la acuzațiile împotriva lui și a celorlalți membri ai personalului care figurau în plângere. La urma urmei, Percival își petrecuse o bună parte din viață amenințân-du-i că-i dă în judecată pe toți cei care nu se ridicau la înălțimea pretențiilor lui.

Câteva luni mai târziu, Percival l-a sunat din nou pe Freeman pentru a reîncepe ședințele. Art s-a gândit însă că cel mai bine ar fi ca ei doi să nu mai continue aceste întâlniri și l-a recomandat unui psihiatru care era mai în măsură să-i administreze un tratament medicamentos. în felul acesta Percival a ajuns să fie tratat cu diferite medicamente care însă nu au reușit să aibă vreo influență decisivă asupra comportamentului lui. El a rămas în continuare avocatul de coșmar cu înclinații autodistructive și incapabil de a avea o comunicare bună cu cei din jur.

Ce a învătat Freeman

t

Freeman este renumit pentru faptul că a lucrat cu oameni care manifestau tulburări grave de personalitate. Deși este ex-

pert în narcisismul terapeutic, el a avut dificultăți foarte serioase cu pacientul lui încercând să modifice un pattern intratabil, cronic, aflat în plină desfășurare și foarte rezistent la schimbare.

— Problemele lui Percival erau într-adevăr netratabile, ne-a explicat Freeman, în bună măsură pentru că el nu și-a dat seama niciodată de ce are nevoie. Grandomania sa era incredibilă. Instabilitatea sa în ce privește autocontrolul era cea mai rea din câte am întâlnit. El și-a petrecut întreaga viață scriind dosare și dându-i în judecată pe cei care îl supărau sau îl dezamăgeau.

Tehnologia noastră terapeutică nu este suficient de sofisticată pentru a asigura reușita tratamentului lui. Probabil că există factori biogenetici pe care nici nu poți măcar să-i abordezi. încercarea de a fi rezonabil nu a fost rezonabilă în acest caz. în cazul lui Percival, cel mai bine a funcționat magia. îi plăcea magia generată de medicamente. Probabil că ar fi reacționat foarte bine la acupunctură sau la ceva similar. Dar ideea unei abordări mult mai directe a comportamentului, de natură cognitivă, nu a mers prea bine. El voia magie, iar Freeman nu i-a oferit-o.

Deși multe din cazurile relatate în această carte vorbesc despre progrese dramatice ale tratamentului sau chiar despre vindecări complete, Percival este un exemplu grăitor în ce privește limitele terapiei. Medicația, la rândul ei, nu ajută întotdeauna în cazul unor tulburări de personalitate severe de genul celei descrise în cazul lui Freeman. în situații de acest fel, scopul urmărit nu constă numai în eliminarea completă a pat-fera-urilor de autoapărare, ci mai ales în a ajuta persoana respectivă să devină mai adaptabilă și mai eficientă în satisfacerea nevoilor sale, fără ca prin aceasta să fie o sursă de iritare permanentă pentru cei din jurul său.

Capitolul șaptesprezece

Robert A. Neimeyer

Reconstruind puzzle-ul memoriei unui metrolog

obert Neimeyer este umil dintre principalii teoreticieni ai terapiei constructiviste, o abordare care pune în evidenţă manierele unice în care oamenii

creează sensuri în situaţiile problematice şi în general în viaţa lor de zi cu zi. El s-a specializat în a utiliza această abordare pentru a-i ajuta pe cei care au necazuri şi sunt dezorientaţi. Neimeyer a publicat şaptesprezece cărţi în acest domeniu, printre care se numără: Constructivism in Psychotherapy (Constructivism în psihoterapie); Advances in Personal Construct Theory (Progrese în teoria construcţiei personale); Meaning Reconstruction and the Experience of Loss (Reconstrucţia sensului şi experienţa dezorientării) şi Lessons of Loss: A Guide to Coping (Lecţiile dezorientării: Un ghid pentru a face faţă unor astfel de situaţii). El este de asemenea editor al publicaţiilor Death Studies (Studii despre moarte) şi Journal of Constructivist Psychology (Revista psihologiei constructiviste).

Neimeyer este profesor de psihologie la Universitatea Memphis.

Din cauza caracterului dramatic al acestei povestiri, relatarea ei este un pic diferită de a celorlalte din această carte. Pa-

cientul, Bill, i-a fost recomandat lui Neimeyer de către un medic, ca urmare a faptului că nici psihologii, nici medicii care au lucrat cu Bill nu au avut prea mare succes în a-l ajuta să-şi refacă viaţa după o experienţă traumatizantă.

Cizmele de cowboy

Bill era în întârziere, aşa că a grăbit pasul în timp ce se îndrepta către una din aleile casei. Din fericire se afla într-un cartier în care aproape toate locuinţele fuseseră construite cam în acelaşi timp, astfel că nu trebuia să piardă timpul căutând contoarele; cel mai rău lucru care i se putea întâmpla era să fie nevoit să dea la o parte tufişurile care crescuseră peste aparate.

Era pe autopilot, verificând contoarele aşa cum făcuse de sute de ori până atunci. El înregistra cu grijă numerele, după care se grăbea mai departe la următoarea casă. Dacă ar ţine-o tot aşa, se gândea el, ar putea să se întoarcă acasă ceva mai devreme.

— Hei, io-te ce avem aici! Un metrolog. Ei, maestre metro-log. Care-i treaba?

Ridicându-şi privirea din tabelul pe care nota citirile, Bill s-a trezit în faţa a patru tineri. Fiecare dintre ei era îmbrăcat în ceea ce părea a fi uniforma unei bande locale — tricouri rupte, blugi, cizme, iar pe cap aveau legate basmale cu buline.

— Te întrebai, maestre, ce învârţi p'acilea! Ai nişte parale?

— Ce crezi că fac? a spus Bill după care a trecut pe lângă ei către următoarea casă.

La naiba, se gândea el, iar pierd timpul.

— Te întrebai dacă ai nişte bani. Acuma, ţine-ţi labele din calea mea şi dă portofelul.

Bill s-a uitat uimit la individ. Pur şi simplu nu ştia de ce i se întâmpla lui una ca asta. Tot ceea ce voia să facă era să-şi termine traseul şi să se întoarcă acasă.

în secunda următoare, s-a trezit trântit la pământ şi cu un pistol care-i împungea obrazul până la durere. Tot ceea ce a

putut vedea cu singurul ochi pe care-1 putea ţine deschis era cizma de cowboy a individului care avea arma.

— O singură mişcare, jigodie, şi eşti un om mort. Ai auzit jigodie de metrolog?

Bill se simţea ameţit şi dezorientat. Nu-i era prea clar ce se întâmplase. Cu o secundă înainte el mergea pe alee, iar acum era trântit la pământ. Sprijinindu-se într-o mână, a încercat să se ridice.

— Am spus, a ţipat individul cu cizme, să stai naibii jos!

In timp ce-i vorbea îl lovea cu cizma în stomac vrând să se facă astfel înţeles.

Bill a simţit din nou arma împinsă cu putere în ceafa lui până când faţa i-a devenit una cu asfaltul.

-— La naiba, ai face bine să asculţi când îţi spun ce să faci. Ai auzit?

Şi din nou el şi-a întărit spusele lovindu-1 cu piciorul. Bill a simţit cum îi pocnesc coastele.

Lovitura asta bruscă în coaste l-a lăsat fără respiraţie. S-a chinuit din nou să se ridice încercând să ia o gură de aer, când, din senin, cei patru indivizi s-au pornit să-l lovească sălbatic cu picioarele. Unul dintre ei a început să-l calce cu cizmele peste mâini, rupându-i degetele. Altul îl lovea cu sete în stomac şi în coaste. In cele din urmă, oasele fracturate i-au înţepat plămânii care s-au umplut cu lichid. Cel mai violent a fost individul cu cizmele de cowboy. La un moment dat, el s-a dat un pas înapoi pentru a-şi lua avânt şi a început să dea cu piciorul în capul lui Bill ca într-o minge de fotbal.

în timpul acestui asalt nemilos, Bill a încercat în repetate rânduri să se ridice. îşi spunea în sinea lui că ar merita dacă ar reuşi să riposteze măcar o dată. Nu i-a trecut deloc prin minte că în starea în care era nu avea nici o şansă să-şi lovească atacatorii chiar dacă reuşea să se ridice în picioare. Mâinile lui erau complet strivite, iar ochii îi înotau în sânge. Cu toate acestea, a continuat să încerce să se ridice în timp ce indivizii îl călcau în picioare. Dacă ar putea cumva să se ridice, se gândea el, totul ar fi sub control.

cientul, Bill, i-a fost recomandat lui Neimeyer de către un medic, ca urmare a faptului că nici psihologii, nici medicii care au lucrat cu Bill nu au avut prea mare succes în a-1 ajuta să-şi refacă viaţa după o experienţă traumatizantă.

Cizmele de cowboy

Bill era în întârziere, aşa că a grăbit pasul în timp ce se îndrepta către una din aleile casei. Din fericire se afla într-un cartier în care aproape toate locuinţele fuseseră construite cam în acelaşi timp, astfel că nu trebuia să piardă timpul căutând contoarele; cel mai rău lucru care i se putea întâmpla era să fie nevoit să dea la o parte tufişurile care crescuseră peste aparate.

Era pe autopilot, verificând contoarele aşa cum făcuse de sute de ori până atunci. El înregistra cu grijă numerele, după care se grăbea mai departe la următoarea casă. Dacă ar ţine-o tot aşa, se gândea el, ar putea să se întoarcă acasă ceva mai devreme.

-— Hei, io-te ce avem aici! Un metrolog. Ei, maestre metro-log. Care-i treaba?

Ridicându-şi privirea din tabelul pe care nota citirile, Bill s-a trezit în faţa a patru tineri. Fiecare dintre ei era îmbrăcat în ceea ce părea a fi uniforma unei bande locale — tricouri rupte, blugi, cizme, iar pe cap aveau legate basmale cu buline.

— Te întrebai, maestre, ce învârţi p'acilea! Ai nişte parale?

— Ce crezi că fac? a spus Bill după care a trecut pe lângă ei către următoarea casă.

La naiba, se gândea el, iar pierd timpul.

— Te întrebai dacă ai nişte bani. Acuma, ţine-ţi labele din calea mea şi dă portofelul.

Bill s-a uitat uimit la individ. Pur şi simplu nu ştia de ce i se întâmpla lui una ca asta. Tot ceea ce voia să facă era să-şi termine traseul şi să se întoarcă acasă.

In secunda următoare, s-a trezit trântit la pământ şi cu un pistol care-i împungea obrazul până la durere. Tot ceea ce a putut vedea cu singurul ochi pe care-1 putea ţine deschis era cizma de cowboy a individului care avea arma.

— O singură mişcare, jigodie, şi eşti un om mort. Ai auzit jigodie de metrolog?

Bill se simţea ameţit şi dezorientat. Nu-i era prea clar ce se întâmplase. Cu o secundă înainte el mergea pe alee, iar acum era trântit la pământ. Sprijinindu-se într-o mână, a încercat să se ridice.

— Am spus, a ţipat individul cu cizme, să stai naibii jos!

In timp ce-i vorbea îl lovea cu cizma în stomac vrând să se facă astfel înţeles.

Bill a simţit din nou arma împinsă cu putere în ceafa lui până când faţa i-a devenit una cu asfaltul.

— La naiba, ai face bine să asculţi când îţi spun ce să faci. Ai auzit?

Şi din nou el şi-a întărit spusele lovindu-1 cu piciorul. Bill a simţit cum îi pocnesc coastele.

Lovitura asta bruscă în coaste l-a lăsat fără respiraţie. S-a chinuit din nou să se ridice încercând să ia o gură de aer, când, din senin, cei patru indivizi s-au pornit să-l lovească sălbatic cu picioarele. Unul dintre ei a început să-l calce cu cizmele peste mâini, rupându-i degetele. Altul îl lovea cu sete în stomac şi în coaste. în cele din urmă, oasele fracturate i-au înţepat plămânii care s-au umplut cu lichid. Cel mai violent a fost individul cu cizmele de cowboy. La un moment dat, el s-a dat un pas înapoi pentru a-şi lua avânt şi a început să dea cu piciorul în capul lui Bill ca într-o minge de fotbal.

în timpul acestui asalt nemilos, Bill a încercat în repetate rânduri să se ridice. îşi spunea în sinea lui că ar merita dacă ar reuşi să riposteze măcar o dată. Nu i-a trecut deloc prin minte că în starea în care era nu avea nici o şansă să-şi lovească atacatorii chiar dacă reuşea să se ridice în picioare. Mâinile lui erau complet strivite, iar ochii îi înotau în sânge. Cu toate acestea, a continuat să încerce să se ridice în timp ce indivizii îl călcau în picioare. Dacă ar putea cumva să se ridice, se gândea el, totul ar fi sub control.

în timp ce tovarăşii lui lucrau la extremităţi, Cizme de Cowboy continua să lovească cu putere faţa lui Bill, spărgându-i nasul, maxilarul şi toţi dinţii cu excepţia molarilor. El i-a fracturat oasele faciale din jurul ochilor şi cele din obraji. El şi prietenii lui l-au bătut pe Bill până aproape că l-au omorât. Ultimul gând care i-a venit în minte lui Bill înainte să leşine a fost că nu va uita cât o să trăiască imaginea atât de pregnantă a acelor cizme de cowboy.

Un an mai târziu

Când l-a văzut prima dată pe noul său client, Neimeyer şi-a dat seama ca acesta fusese supus unor operaţii de chirurgie plastică. Mai târziu el a aflat că a fost nevoie de şapte intervenţii chirurgicale pentru a reface faţa lui Bill. Avea cicatrice vizibile pe frunte, pe obraji şi la buze, iar dinţii lui erau nefiresc de albi. Nu era respingător, dar uitându-te la el nu puteai să nu te întrebi ce i s-a întâmplat.

Bill era îmbrăcat foarte modest: blugi şi o cămaşă flanela-tă. în ciuda hainelor obişnuite pe care le purta, era ceva foarte ciudat în atitudinea lui. De îndată ce a intrat în birou, el a înconjurat foarte atent camera alegând scaunul cel mai apropiat de perete. După ce s-a aşezat a tras scaunul şi mai aproape de zid vrând parcă să se asigure că nu este nimic între el şi perete. Neimeyer şi-a dat seama imediat că avea de-a face cu o persoană atât de vulnerabilă şi de hipervigilentă încât căută cu orice chip să se simtă cât mai în siguranţă.

Lui Neimeyer i-a luat ceva vreme să înțeleagă povestea clientului său din cauză că multe din lucrurile pe care le spunea acesta nu se legau între ele. în plus, din cauza danturii prost fixate, Bill vorbea neclar. Mai târziu, când s-a obișnuit cu terapeutul, își scotea dantura falsă de fiecare dată când venea la ședințe. Deși îi modifica radical forma feței, acest lucru îi permitea lui Bill să vorbească într-un fel pe care el îl resimțea mult mai direct și cumva mai real. Avea o minte sclipitoare și o elocvență a discursului surprinzătoare pentru cineva care nu reușise să termine liceul. Ce-i drept, era vorba de acea inteligență care se naște mai degrabă din experiența de viață decât din învățătură.

Bill fusese diagnosticat cu tulburări de stres posttraumati-ce, precum și cu o serie de deficiențe cognitive care interferau cu memoria sa și cu controlul acțiunilor impulsive. Din cauză că era văzut ca o autoritate în ce privește tratarea pacienților I care suferiseră pierderi traumatizante, Neimeyer a fost rugat să-l consulte și să-l trateze pe Bill, în speranța că acest om distrus din punct de vedere fizic și emoțional va ajunge în stare să funcționeze mai bine.

Pe lângă teama pe care o avea că ceilalți îl pândesc ca să-i facă rău — și Neimeyer se întreba dacă acest lucru putea fi numit paranoia întrucât experiența îi demonstrase lui Bill că oamenii îl urmăresc ca să-l înhațe — Bill era foarte deprimat și avea înclinații sinucigașe. Stătea toată ziua închis în casă, singur și izolat, fără un loc de muncă și aparent dependent de o serie de „programe despre realitatea vieții de zi cu zi" care nu făceau altceva decât să-l traumatizeze din nou. în cea mai mare parte a timpului el se simțea neajutorat și disperat. Și cel mai rău lucru era că nu avea o memorie coerentă a ceea ce se întâmplase cu el; în permanență îi veneau în minte fragmente izolate de imagini care îl torturau. Cea mai vie dintre acestea era imaginea cizmei de cowboy care îi strivea fața.

Construind sensuri din nimic

Neimeyer și-a dat seama că Bill avea nevoie de ajutor nu numai în ce privește memoria lui dar și pentru a găsi un sens nou, care să facă suportabilă viața sa de acum radical diferită. în cadrul abordării constructiviste pe care o aplica, Neimeyer se străduia să-i ajute pe oameni să înțeleagă contextul experiențelor lor traumatice, să găsească un nou sens și să capete control asupra vieții lor dezagregate. în cazul lui Bill, Neimeyer avea de-a face cu o situație care a dus la distrugerea nu numai a feței și a corpului clientului său, dar

și a identității lui personale. Cu siguranță că înfățișarea lui era profund schimbată, dar la fel stăteau lucrurile și cu sensul identității, cu istoria și cu capacitatea lui de a-și reconstrui viața pe care o avusese înainte. Era foarte trist că Bill nu era în stare nici măcar să spună o poveste coerentă a ceea ce i se întâmplase, așa de descompusă și de fragmentată era memoria lui.

— Dom'le doctor, a spus el cu o voce disperată, nici măcar nu mă mai recunosc. E ca și cum m-aș uita dimineața în oglindă și aș constata că individul care mă privește de acolo nu aduce deloc cu cel care eram cândva. Și bineînțeles că el se comportă cu totul și cu totul altfel decât mă comportam eu.

într-adevăr, deși înainte se lăsa foarte rar pradă agresivității sau mâniei, Bill devenise atât de capricios și de imprevizibil încât, după șaptesprezece ani de căsnicie, soția lui „nu a mai suportat" și l-a părăsit. De curând el fusese la un aprozar unde făcuse cumpărături în stilul lui obișnuit — stând mereu cu spatele cât mai aproape de o suprafață solidă astfel ca nimeni să nu se poată furișa în spatele lui. în felul acesta a putut să ajungă destul de ușor la legumele dintr-un capăt al magazinului și la produsele lactate din celălalt capăt, dar rafturile cu conserve din mijloc s-au dovedit inaccesibile pentru el. El a trebuit să aștepte câteva minute până când culoarul de trecere dintre rafturile din mijloc s-a eliberat complet, pentru ca apoi să se aventureze într-acolo, să apuce câteva conserve și să se retragă în siguranță către peretele cu alimente congelate. Se comporta de parcă ar fi fost în junglă, vânat mereu de inamic.

în timp ce încerca să se strecoare către coada de la casa de marcat, Bill a surprins o conversație purtată cu voce tare.

— Cum adică, nu aveți brânză Brie? striga un client la casier. Am nevoie de brânza asta și vreau să o cumpăr chiar acum.

— îmi pare rău, domnule, a spus tânărul, dacă doriți putem să sunăm la manager și să-l întrebăm când...

— Las-o baltă, a sărit clientul. N-am mai pomenit așa ceva...

Individul nu a mai apucat să-şi termine peroraţia, pentru că, în secunda aceea, Bill s-a repezit la gâtul lui. A fost nevoie de trei oameni ca să-l despartă de el.

— Chiar că nu ştiu ce se întâmplă cu mine uneori, i-a explicat Bill terapeutului. Nu mai am nici un fel de control. E ca şi cum aş lua foc pe dinăuntru şi pur şi simplu explodez. Nici măcar nu-mi dau seama de ce am sărit la individul acela de la magazin. Nu pot să spun decât că am simţit că eram în pericol.

Sarcina lui Neimeyer era să-l ajute pe Bill să-şi refacă memoria şi să construiască o semnificaţie pentru acel incident sub a cărui stăpânire încă se mai afla. Acesta era un lucru foarte dificil pentru că Bill nu era în stare să-şi amintească ce s-a întâmplat şi cu atât mai puţin să ordoneze întreaga întâmplare într-o povestire coerentă. Pornind de la acest prim pas, scopul său era să depăşească trecutul, pentru a se concentra asupra prezentului şi mai departe, asupra unui viitor mai optimist.

Frânturi de memorie

— Nu ştiu de ce sunt tot timpul atât de nervos, a spus Bill, înainte nu eram aşa.

— Spui „înainte", a observat Neimeyer. Povesteşte-mi despre cum era „înainte", despre ce s-a întâmplat cu tine şi care a schimbat totul.

— Pur şi simplu nu ştiu! Nici măcar nu pot să-mi aduc aminte de tot ce s-a întâmplat. Ce ştiu este că indivizii aceia au încercat să mă jefuiască şi m-au bătut atât de rău că mă mir că încă mai sunt în viaţă. Dar mai mult nu pot să-mi amintesc. E ca şi cum mintea mea ar fi complet învăluită în ceaţă. Pur şi simplu nu mai fac faţă.

Spunând acestea, Bill a început să plângă.

Pentru că pacientul său nu era în stare să povestească tot ce i se întâmplase, Neimeyer a decis să aplice o tehnică ce ar fi putut să-i fie de ajutor.

— Bill, ştiu că mi-ai spus o serie de lucruri despre atacul îngrozitor prin care ai trecut. Mă întreb însă dacă nu cumva ne-ar fi de folos acum să încercăm doar să revizuim mai în amănunt această experienţă. Poate că asta te-ar ajuta să-mi spui unele dintre lucrurile pe care tu ai grijă să le omiţi atunci când povesteşti altora ce ţi s-a întâmplat.

— Ţi-am spus că nu-mi aduc aminte nimic. Pur şi simplu nu pot să-mi aduc aminte.

— Uneori, când începem să povestim ceva, constatăm că ne vin în minte din ce în ce mai multe detalii. Prin urmare, ceea ce vreau eu să facem este să începem cu acele părţi care în momentul acesta îţi sunt cu adevărat clare şi vii în minte, iar apoi, pe măsură ce îţi vin şi altele în minte, presupunând că se întâmplă aşa, să facem o listă cu ele.

— Vrei să spui, ca şi cum am alcătui un puzzle?

— Exact. E ca şi cum am pune împreună piesele unui puzzle. De cele mai multe ori, experienţele nefericite din viaţa noastră pe care le suportăm cu greu sunt asemenea pieselor unui puzzle care ne-au scăpat pe podea. Lipsindu-ne o parte din piese, nu mai putem să înţelegem nimic. Şi astfel, dacă reuşim să punem din nou împreună piesele, ajungem să refacem întreaga imagine a vieţii tale.

— Când eram copil îmi plăcea să mă joc cu puzzle-ul.

— Atunci să încercăm să facem acest lucru acum. Aş vrea să scrii pe aceste cartonaşe tot ce îţi aduci aminte în legătură cu atacul.

Spunând acestea, el i-a înmânat lui Bill un teanc cu vreo trei, patru sau cinci cartonaşe.

— Acum?

— Da, dacă te simţi în stare, haide să completăm câteva dintre ele acum, doar ca să-ţi arăt despre ce este vorba. Pe

celelalte poți să le completezi mai încolo, de fiecare dată când îți aduci aminte de ceva. Nu trebuie să te preocupe să scrii aceste lucruri în ordinea în care au avut loc — le vom aranja după aceea. Așadar, începe cu primul lucru care îți vine în minte despre acea întâmplare.

Pentru a-1 ajuta să înceapă, Neimeyer i-a spus să închidă ochii un moment și să se concentreze asupra uneia dintre primele imagini vizuale pe care poate să le acceseze și care are legătură cu atacul.

După un minut, Bill a deschis ochii și a scris cu litere stângace, ca cineva care nu este obișnuit să scrie prea mult: La serviciu. Sunt abordat de patru oameni. Apoi a șters cuvântul oameni și l-a înlocuit cu hoți. Semnificativ, dintre instrumentele de scris care i-au fost oferite, Bill a ales un stilou care era încărcat cu o cerneală de un roșu aprins.

După ce a terminat, el i-a înmânat lui Neimeyer cartonașul. Acesta l-a citit, s-a uitat să vadă dacă Bill este dispus să continue și apoi l-a încurajat să mai scrie unul.

Bill s-a gândit un moment. Limba i se ițea din gura lui fără dinți. Apoi, fără să se lase îndemnat prea mult, el a început să completeze cartonașele, unul după altul, notând fiecare senzație vie, fiecare sentiment sau imagine așa cum îi veneau în minte fără nici o ordine anume — imaginea fulger a cizmei care îi lovea fața, scânteierea armei, furia lui —, toate se iveau haotic din spasmele aducerii aminte. Când Bill a ajuns la vreo zece cartonașe, Neimeyer i-a spus:

— Mă întreb dacă ai putea să faci acest lucru în continuare; să pui pe hârtie în zilele care urmează până la viitoarea noastră întâlnire tot ce îți vine în minte în legătură cu ceea ce ți s-a întâmplat. Memoria ta în legătură cu asaltul este asemenea unui joc de puzzle iar acum tu vii cu piesele, astfel că vom putea să începem să le punem împreună și să vedem cum se potrivesc în povestea mai largă a vieții tale.

Bill era intrigat și tulburat de toată această poveste. Se vedea clar ca era foarte vulnerabil și că avea nevoie să-și ia măsuri de protecție atunci când situația îl depășea. Lucrând cu el, Neimeyer a aflat că Bill putea să facă față stresului într-un mod creativ, ascultând muzică clasică, plimbându-se sau făcând băi prelungite. Neimeyer i-a recomandat să continue să facă aceste lucruri ca parte a terapiei lui în vederea eliberării de trecutul traumatizant.

Când Bill a venit la următoarea ședință cu mai multe cartonașe, Neimeyer l-a îndemnat să le aranjeze în ordinea în care s-au petrecut evenimentele și să construiască legături între acele fragmente. Continuând prima parte a povestirii menționată mai devreme, în final întreaga narațiune suna în felul următor:

Când am ajuns la stâlp, ei au venit în fugă spre mine și m-au înconjurat astfel că nu aveam cum să scap. Mi-au pus în ceafă un pistol automat Ruger de 9 milimetri. Au spus: Ce ai la tine? Am ridicat mâinile.

Au spus: Ia-1. După ce au luat ce au vrut, m-au lovit în cap cu arma și am căzut la pământ. înainte să mă lovească el a spus, tu, nenorocitule.

îmi aduc aminte flashuri de lumină strălucitoare. Erau atât de strălucitoare. Nu puteam să văd nimic. Toți indivizii ăștia mă loveau cu picioarele în cap. Unul dintre ei care avea cizme de cowboy și-a luat avânt și a sărit pe fața mea. îmi aduc aminte că am simțit o furie imensă în special față de cel care sărea cu picioarele pe mine. Mă gândeam că aș putea să-l lovesc foarte ușor dacă aș fi putut să mă ridic. Am decis că ar merita să fiu lovit numai ca să reușesc să-i dau un dos de palmă în nas. M-am hotărât să fac asta indiferent de urmări. De câte ori mă ridicam, loviturile mă puneau din nou la pământ. Am încercat de mai multe ori — cred că de vreo douăzeci de ori.

Această metodă a „frânturilor de memorie" se dovedise utilă celor care sufereau de dezorientare și de pierderi grave ale identității ca urmare a unor traume. Neimeyer spera să-l ajute pe Bill să recreeze o anumită ordine din acest haos, să lege amintirile traumei pe care o suferise într-un fel de structură care să dea obscurului incident o anumită semnificație. Cercetările lui Neimeyer și experiența pe care o avea cu mulți alți pacienți care se luptau cu pierderea identității îl învățaseră că o asemenea procedură reprezenta un prim pas în a înțelege trecutul, a-1 controla și a trece mai departe către un prezent mult mai echilibrat și un viitor plin de speranță.

Reconstruind trecutul

— Asta mă face să mă simt ceva mai bine, i-a spus Bill lui Neimeyer la a treia lor şedinţă. Vreau să spun, să fiu ajutat să înţeleg lucrurile şi nu doar să fiu calmat şi să mi se dea pastile pentru somn. Dar nu vreau numai să reuşesc să-mi aduc aminte ce s-a întâmplat. Aş vrea să înţeleg de ce mi s-au întâmplat mie toate astea.

Aşa cum s-a dovedit, nu era prima dată când Bill fusese victima hărţuielilor sau pe punctul de a fi agresat. în viaţa lui exista un pattern recurent pe care el voia să-l înţeleagă.

Neimeyer şi-a dat seama că era timpul să extindă discuţia şi să se concentreze nu numai asupra traumei care dura de un an ci şi asupra poveştii unei vieţi care dura de patruzeci şi doi de ani, şi din care aceasta făcea parte. Alcătuind un fel de biografie a lui Bill, cei doi au identificat câteva capitole importante din viaţa trecută a acestuia. Pentru fiecare dintre aceste perioade, Bill avea amintiri foarte clare. De exemplu, el îşi amintea că într-o zi, pe când avea trei ani, venea acasă cu tricicleta de la o baltă din apropiere. Părinţii lui erau foarte speriaţi pentru că îl căutaseră peste tot. Dar Bill îşi aducea de asemenea aminte că, dincolo de asta, s-a simţit foarte mândru de curajul şi de independenţa de care dăduse dovadă.

Altă dată, când Bill avea şapte ani, tatăl lui a fost electrocutat într-un accident de muncă. Fiind încă în viaţă, el a fost dus undeva departe pentru a fi tratat iar soţia lui l-a însoţit. Pentru că părinţii lui urmau să lipsească aproape un an, Bill a fost dat în custodia unui unchi şi a unei mătuşi pe care abia îi cunoştea. îşi aducea aminte că în perioada aceea s-a simţit foarte singur. Nu înţelegea de ce părinţii lui îl abandonaseră, îi era foarte teamă pentru că nu ştia ce se va întâmpla cu el.

Neimeyer şi Bill au trecut mai departe înapoi în timp ajungând la perioada când acesta din urmă era în clasa a şasea. Pe atunci Bill era un ţintaş musculos şi talentat care juca în Liga Mică. „Dând banda înainte" din nou, ei au ajuns să discute despre anii tumultuoşi de liceu. Bill îşi aducea aminte că fu-sese un licean foarte rebel. Era îngrozitor de timid. Majoritatea colegilor îl considerau un nebun singuratic.

— Ripostam împotriva tuturor celor care îmi stăteau în cale, a spus Bill. Nu conta cu cine mă puneam. încercam să dau pe măsura a ceea ce primeam. După un timp oamenii au preferat să mă lase în pace.

Bill era foarte mândru de înverşunarea lui, de felul în care se împotrivea la tot ce-i stătea în cale. Iniţial, el nu şi-a amintit că în timpul bătăii încercase în permanenţă să se ridice. Abia după ce a completat cartonaşele el şi-a adus aminte că încercase să riposteze chiar şi atunci când se afla complet imobilizat sub ploaia de lovituri. Această descoperire a fost extrem de importantă pentru el: avusese curajul şi îndrăzneala să se opună chiar şi într-o situaţie fără scăpare.

Trecând în revistă episoadele semnificative ale vieţii sale, Bill a descoperit curând un pattem — multe din aspectele vieţii lui din trecut se repetau în prezent — e vorba de faptul de a fi victimizat şi de sentimentul abandonului.

Neimeyer a descris situaţia în termeni constructivişti:

— Bill a încorporat experienţa atacului într-un sistem comprehensiv pe care el a început să-l construiască de la vârsta de şapte ani. Experienţele victimizării sale pe care le-a avut în timpul liceului au contribuit mai departe la dezvoltarea acestui sistem. Acesta a fost scenariul predominant al vieţii sale, „partea întunecată a Forţei" care s-a reactualizat în momentul în care a fost atacat. Dar acesta nu acoperă întreaga poveste a identităţii lui Bill. Să ne uităm la felul în care el şi-a organizat episoadele vieţii în funcţie de o serie de teme importante. Ceea ce vom constata este că el avea tendinţa să-şi împartă evenimentele existenţiale potrivit unei dihotomii alb—negru, foarte Stricte: fiecare lucru era complet bun sau complet rău. Acest fapt era asociat cu alte câteva teme care se impuneau la un moment dat — cum ar fi: a avea o părere bună despre sine în opoziţie cu a avea o părere proastă, a fi relaxat versus a fi agitat, a pierde controlul versus a avea control, a putea să-ţi păstrezi integritatea versus a fi atacat, a fi în stare să raţionezi versus a te lăsa pradă furiei, a avea încredere versus a nu avea încredere în ceilalţi.

Ca urmare a traumei suferite, Bill a ajuns să asimileze evenimentul respectiv şi sentimentul identităţii sale din acel moment cu imaginea băieţelului de şapte ani, abandonat, speriat şi furios. După ce a descoperit acest lucru, Bill a început să înţeleagă că nu era singura modalitate de a răspunde situaţiei critice generate de atac.

Aceste conversații au avut darul să-l determine pe Bill să abandoneze imaginea pe care o avea despre viața sa ca fiind una a complotului general în care el juca rolul de victimă, în favoarea unei imagini mult mai cuprinzătoare în care temele majore ale existenței sale erau mult mai complexe și mai variate. în cele din urmă, el a înțeles că atacul traumatizant nu reflecta decât o singură temă recurentă, chiar dacă era vorba de cea mai întunecată.

Finalul poveștii

— Doctore, azi mă simt tare. Am dat lovitura.

— Așa? Ce vrei să spui? a întrebat Neimeyer curios, observând zâmbetul subtil al lui Bill și buna dispoziție din vocea sa.

— Ei bine, am jucat primul meu meci de baseball după aproape cincisprezece ani. Pur și simplu m-am dus și m-am alăturat unor țipi care jucau pe un teren din apropiere.

Neimeyer a fost de-a dreptul uluit de această mărturisire neașteptată. Experiența asta reprezenta o excepție semnificativă în viața de până atunci a lui Bill; în termenii terapiei narative aceasta reprezenta un „rezultat unic". Era un moment înălțător în existența sa, care reactualiza perioada în care, copil fiind, el juca baseball în Liga Mică, aproape singura în care el se simțise cu adevărat bun la ceva. Fusese întotdeauna un jucător excepțional. Neimeyer a avut grijă să-i atragă atenția asupra faptului că acesta era un pas important în a restabili legătura cu cei din jur și a pune capăt exilului de Ia specia umană pe care Bill și-l impusese. Pentru a face acest lucru el nu s-a mulțumit să-i ofere lui Bill interpretarea evenimentului, ci i-a solicitat acestuia detalii despre felul în care găsise curajul necesar pentru a se expune în public, permițând celui care prinde mingea să stea în spatele lui și în general să se pună într-o situație în care trebuia să alerge, să strige și să facă efort fizic. El se întreba cu voce tare ce anume putea să indice acest eveniment cu privire la viitorul posibil al lui Bill: acum, dat fiind că ajunsese la „prima poziție" în meciul său cu paranoia, era oare posibil „să smulgă o altă poziție" și să meargă mai departe? Cine din „echipă" era cel mai convins că este în stare să „ajungă acasă"? Punând într-o manieră metaforică problema continuării acestor progrese, Neimeyer a reușit să-l coopteze pe Bill într-o discuție pe cât de amuzantă pe atât de serioasă despre istoria dominantă a vieții acestuia, legată de frică, izolare și slăbiciune, punând-o în balanță cu alternativa unei istorii a speranței, reintegrării și alegerii.

Curând după aceea, Bill a început să se întâlnească la o cafea cu niște indivizi din cartier. Neimeyer a observat de asemenea un alt indiciu semnificativ al progresului lui continuu: în timpul ședinței Bill își trăgea scaunul din ce în ce mai departe de perete și mai aproape de terapeut. In felul acesta, nu numai că reducea distanța dintre ei, dar, așa cum spunea el, simțea că nu mai are nevoie să-și păzească spatele.

Totuși Neimeyer nu a fost atât de mult impresionat de aceste progrese pe cât a fost de faptul că la a unsprezecea ședință Bill l-a anunțat că o să lipsească un timp.

— Nu o să crezi, doctore, dar m-am împăcat cu tatăl meu. Nu-1 mai văzusem de douăzeci de ani.

— Oh, dar asta e ceva! Spune-mi mai multe despre acest lucru.

Bill a zâmbit mândru, arătându-și dantura pe care acum o purta fără să-i mai pese.

— Mda, a spus Bill, m-am întâlnit cu el de câteva ori. Am încercat să reparăm amândoi vechea mea motocicletă Harley. Nu am mai mers cu ea de vreo douăzeci și cinci de ani. Poate chiar de mai mult timp.

Metafora motocicletei părea profund semnificativă. Neimeyer și-a dat seama că Bill își reconstruia viața împreună cu tatăl lui, folosind motocicleta ca pe un mod de a se aventura din nou în lume.

— M-am gândit, a continuat Bill, să iau nenorocita asta de motocicletă și să mă duc să vizitez cât mai multe locuri din țară.

Bill nu citise cartea Zeu și arta întreținerii spirituale cu ajutorul motocicletei, dar cu siguranță că acesta era exact

genul de călătorie spirituală la care se angajase. El a umblat prin țară, dintr-un loc în altul, înfruntând multe dificultăți și având o serie de aventuri înainte de a se întoarce acasă cu un sentiment reînnoit al încrederii și speranței. Nu numai că a început să se cunoască dar și-a dat seama că îi plăcea noul său mod de a fi.

în cele câteva lungi ședințe pe care le-au avut după întoarcerea sa, Bill i-a vorbit lui Neimeyer despre cât de mult îi place să se ocupe de motocicleta sa. își dorea chiar să lucreze ca mecanic. Deși a continuat să lucreze cu tatăl său, el a considerat că pentru ceea ce voia el să facă în viitor avea nevoie de mai multă pregătire, așa că s-a înscris la un program de instruire profesională pentru mecanici de locomotivă.

Concluzii

Rezultatele terapiei lui Bill au fost amestecate, așa cum se întâmplă de cele mai multe ori în cazul unor traume severe de o asemenea amploare. în cele din urmă, cei patru indivizi care l-au atacat au fost aduși în fața instanței, iar Bill a fost obligat să depună mărturie. Așa cum era de așteptat, trebuind să-și înfrunte atacatorii, o bună parte din furia lui a fost reactivată. Totodată, avocatul apărării a încercat să-l atace, punând la îndoială credibilitatea sa ca martor, dar, cu ajutorul a doi prieteni, Bill a reușit să facă față acestei acuzații.

Liderul bandei, individul cu cizme de cowboy și singurul pe care Bill apucase să-l vadă bine la față, a fost condamnat la treizeci de ani de închisoare, din care a executat doar zece. Ceilalți indivizi s-au ales cu „lovituri peste degete".

Bill a fost foarte indignat de decizia tribunalului care nu făcea decât să pună încă o dată în evidență nedreptatea din lume.

— Sunt atât de exasperat, i-a spus Bill lui Neimeyer într-u-na dintre ultimele lor ședințe, de toată lumea asta nebună. Nimeni nu mai are nici un fel de respect pentru viața umană. Pur și simplu nu reușesc să-mi potolesc furia care m-a cuprins.

De parcă nu ar fi trecut prin destule nenorociri în viață, Bill a fost diagnosticat la puțin timp după aceea cu melanom malign, cea mai gravă formă de cancer de piele. A fost nevoie de câteva intervenții chirurgicale pentru a îndepărta țesutul canceros, iar acest lucru i-a readus în memorie cele mai negre amintiri despre durerea și suferința la care fusese supus doar cu câțiva ani în urmă când trebuise să-și opereze fața și mâinile.

— Eu știu că melanomul o să reapară, a spus Bill. Trei dintre prietenii și rudele mele au murit din cauza acestei boli și nici unul dintre ei nu a avut vreo șansă.

— Și asta te sperie pe tine? l-a întrebat Neimeyer. Perspectiva că ai putea muri de cancer?

— Ei bine, doctore, nu ar fi prima dată când trebuie să înfrunt ceva care mă sperie. Moartea nu este un lucru pe care îl aștept, dar nu este nici ceva înspăimântător.

— Ce crezi că se întâmplă după moarte?

— Sufletul tău se duce într-unul din cele două locuri posibile. Cândva mă gândeam că o să ajung în rai, dar acum nu mai sunt atât de sigur. Am ura asta în mine care a revenit și nu o sa mai plece. încerc să mă duc la biserică de câte ori pot și am oarecare speranțe că asta va schimba puțin situația, dar... și vocea lui Bill a început să se piardă.

— Dar nu ești sigur dacă asta este de ajuns, a dus Neimeyer până la capăt gândul lui Bill.

-— Așa e. Vezi, există atâtea religii diferite. Cine ar putea să spună care este cea bună, cea pe care trebuie să o urmezi?

— Așadar, s-a aventurat Neimeyer, ești furios pe Dumnezeu pentru că te-a supus la atâta durere în viață și chiar în momentul în care ai început să-ți revii și să-ți recapeți controlul ai fost lovit de cancer. Pare nedrept.

— Ei, a spus Bill scuturând din cap. Adevărul este că eu cred că merit cancerul pentru că nu am reușit să duc o

viață mai bună. Nu Dumnezeu m-a adus în situația asta, ci el doar a permis să mi se întâmple pentru a-mi îndrepta atenția către el. La fel a fost și când m-a lăsat să fiu bătut de acei indivizi. Iar acum, cancerul. Acesta este un mod de a mă readuce în sânul bisericii și de a acorda atenție lucrurilor care sunt cu adevărat importante. Mă simt de parcă într-un fel aș fi atras răul asupra mea. Povestea asta cu cancerul este de fapt cea care m-a făcut să gândesc în felul acesta. Noi nu ne aflăm pe acest pământ doar ca să murim, iar universul întreg nu a fost creat doar pentru a fi aruncat în aer și a fi transformat astfel într-o grămadă de pietre. Trebuie să existe un scop în toate acestea pe care simt nevoia să-l aflu.

Neimeyer a fost cuprins de o mare admirație față de acest om care nu-și terminase studiile liceale și care nici nu citise prea mult la viața lui. Pus în fața unor situații de-a dreptul îngrozitoare, el a reușit să le înfrunte dând dovadă de o demnitate rar întâlnită. Bill nu a putut să schimbe ceea ce i se întâmplase, dar, cu ajutorul lui Neimeyer, el a rescris textul istoriei sale, astfel încât în cele din urmă s-a comportat ca un erou luptător aflat într-o misiune nobilă și nu ca o victimă pasivă a cărui soartă a fost hotărâtă de alții.

Capitolul optsprezece

Pat Love

O hipnoză de urgență pentru a rezolva infracțiunea de la Burger Joint

acă există cineva căruia i se potrivește perfect numele, acesta este Pat Lore. Ea se prezintă drept consilier în probleme de cuplu susținând că și-a pierdut de mult răbdarea pentru terapia continuă. Love este. autoarea și coautoarea unor cărți foarte populare, cum ar fi: The Truth About Love (Adevărul despre iubire), o carte în care ea discută despre faptele și ficțiunile pe care le presupun relațiile stabile, fericite și de lungă durată; Hot Monogamy (Monogamia pasională), un program pentru menținerea pasiunii în relațiile de lungă durată; Emotional Incest Syndrome: What to Do When a Parent' Love Rules Your Life (Sindromul incestului emoțional: Ce să faci când dragostea unui părinte îți domină viața), o carte care îi ajută pe oameni să-și aline suferința provocată de dominația afectivă a unui părinte și How to Ruin a Perfectly Good Relationship (Cum să ruinezi o relație perfectă), al cărei titlu vorbește de la sine. Love este renumită nu numai pentru cărțile sale ci și pentru prezența ei carisma-tică din media și conferințele în cirant. Ea este nonconformists, provocatoare și creativă.

— Doamna doctor Love?

— Da.

— Doamna doctor Pat Love?

— Da. Cu ce vă pot fi de folos?

— Va sun de la Centrul de Consiliere al universității. Avem un caz urgent de hipnoză și mă gândeam dacă ați putea să ne ajutați.

— Hipnoză de urgență? a întrebat Love.

Imaginația ei o luă razna. Fusese cineva introdus în transă iar acum nu mai putea să iasă? Sau poate că i se spusese unei persoane extrem de sugestionabile că se află într-un loc friguros iar acum era înghețat bocnă. Oare ei se așteptau ca ea să-l dezghețe?

— Da, aveam un caz care necesită atenție imediată. Dumneavoastră vă ocupați de asemenea lucruri, nu-i așa? a întrebat înnebunită vocea. Mi s-a spus că faceți hipnoză.

Pat era membră a departamentului de consiliere al facultății care oferea studenților câteva cursuri de hipnoză clinică.

De curând ea urmase un program de pregătire avansată în domeniul hipnozei util pentru practica de clinică dar și pentru activitatea didactică.

— Mda, fir-ar să fie, sigur că da, a spus Love cuprinsă de entuziasm. Era încântată că i se oferea ocazia să aplice ceea ce învățase. Și, mai ales, era foarte curioasă să afle despre ce era vorba. Când ar vrea persoana respectivă să se programeze?

— Ne întrebam dacă nu am putea să-l trimitem chiar acum.

— Acum? a zis Love. Mda, sigur, având în vedere că este vorba de o urgență puteți să-l trimiteți.

— Este deja pe drum.

Love era nerăbdătoare să vadă despre cine era vorba. Un caz urgent de hipnoză. Ce putea să însemne asta? Ce putea fi atât de presant? De ce ar fi avut nevoie cineva să intre imediat în transă?

Din fericire nu a avut de așteptat prea mult. Cinci minute mai târziu în biroul ei a intrat un tânăr însoțit de două femei.

Bărbatul era mic de statură, cu o constituție firavă și îmbrăcat cu ceea ce părea fi un fel de uniformă — pantaloni kaki și o cămașă gălbuie cu mâneci scurte. Era foarte nerăbdător și agitat, ca și când s-ar fi aflat pe punctul de a exploda. Spre deosebire de el, cele două femei erau deosebit de calme iar mișcările lor erau foarte lente. Una dintre ele era bine făcută și purta o bluză de stofuliță, fustă lungă și pantofi de tenis. Deși era mai în vârstă arăta de parcă ar fi fost la școala parohială. Cealaltă femeie era mai plinuță și foarte înaltă. îl domina pe tânăr cu statura ei impunătoare. Cele două femei nu au scos nici o vorbă lăsându-1 pe tânăr să vorbească în numele tuturor.

— Probabil vă întrebați de ce sunt aici, a început el.

— De fapt, a spus blând Love, mă întreb de ce sunteți cu toții aici.

— Vedeți, a spus el nervos, numele meu este Cari și lucrez la un restaurant din oraș. îmi place munca asta. Sau, mai bine zis, îmi plăcea.

— Ah, a spus Love, nu mai lucrezi acolo?

El a dat din cap cu tristețe. Cele două femei s-au uitat la el îngrijorate. Erau iubitele lui, surorile sau, poate, gărzile lui de corp? Păreau foarte protectoare. De fiecare dată când el vorbea, ele încuviințau din cap la unison.

— Vedeți, în timp ce eram de serviciu au fost furați niște bani.

— Au fost furați niște bani? a repetat Love.

— Mda. Dar nu i-am luat eu.

— Bine, și cu ce aș putea să te ajut eu?

Love se întreba ce avea asta de a face cu hipnoza de urgență. Și ce căutau femeile acelea acolo?

— Compania are o anumită politică, a spus el lăsând să se înțeleagă cât de stupidă i se părea lui acea politică: atunci când se constată că lipsesc bani, sunt concediați toți cei care au lucrat în tura respectivă.

— Toți?

— Exact. Toți. Nu contează cine a făcut acest lucru. Dacă lipsesc bani, toți sunt considerați responsabili. Ei nici măcar nu încearcă să afle cine este vinovatul.

— Așadar, te-au concediat?

— Mda. Și eu știu că nu am luat banii.

Cari era pe punctul de a izbucni în lacrimi. Femeia mai chipeșă a întins mâna către el și l-a apucat ușor peste braț, dar el nu a părut să o remarce.

— Nu ai luat banii și cu toate astea te-au concediat.

— Vă vine să credeți așa ceva? Nu mi-au dat nici măcar o șansă. Pur și simplu ne-au spus să plecăm.

Zicând acestea, el s-a întors către însoțitoarele lui care se încruntaseră în semn de simpatie.

— Când au sunat cei de la Centrul de Consiliere, a spus Love încercând să treacă la subiect, mi-au spus ceva despre o hipnoză urgentă. Despre ce este vorba?

— Ei, a spus el, cu o figură de-a dreptul nefericită, probabil că e prea târziu pentru a-mi recăpăta slujba, dar trei dintre noi au avut o idee.

— Spune mai departe.

— Chiar dacă nu am să mă mai întorc acolo, vreau să-mi restabilesc reputația. Nu aș lua niciodată bani în felul acesta.

Chiar dacă abia îl întâlnise, Love îl credea pe acel tânăr. Durerea lui era atât de reală că nu era nici un chip să se prefacă. Pe fața lui nu se întrezărea nici o umbră de vinovăție sau regrete. Era ceva în înfățișarea lui care îl făcea să apară foarte inocent și vulnerabil. Nu era de mirare că cele două femei îl urmau de parcă el ar fi fost în custodia lor.

— Erai pe punctul de a-mi spune cum crezi că aș putea să te ajut, i-a reamintit Love.

— După cum v-am mai spus, nu eu sunt cel care a luat banii. Și dacă nu sunt eu acela atunci trebuie să fie vorba de unul dintre colegii mei pentru că numai angajații au acces la casa de marcat.

— Pare logic, a fost de acord Love.

— Banii erau acolo. Apoi au dispărut.

— Exact.

— Problema este că eu am fost la casă tot timpul. Eu sunt cel care răspunde de bani pe tura mea, așa că nu aveau cum să dispară banii aceia. Pur și simplu nu-mi amintesc ce s-a întâmplat sau cine ar fi putut să-i ia.

— Bine, a spus Love. Cu ce crezi că aș putea să te ajut?

Nu se adresase tuturor celor prezenți, dar s-a gândit apoi că poate unul dintre ei îi va răspunde în cele din urmă.

— Mă întrebam dacă ați putea să mă hipnotizați — știți dumneavoastră, să mă duceți înapoi la fiecare moment al turei mele de la început până la sfârșit. Poate că în felul acesta mi-aș aduce aminte de ceva, un indiciu, un incident care ar putea să mă ajute să aflu cine a făcut asta. Mă supară foarte mult faptul că cineva ar putea să creadă despre mine că am furat. N-aș face niciodată una ca asta.

Cele două femei au încuviințat solemn din cap. Erau ali-biurile lui sau poate că se aflau acolo pentru a garanta probitatea lui morală?

Deși părea cam ciudat, cererea lui i se părea întemeiată. Poate că ea ar fi reușit să-l introducă într-o stare de transă care să-l ajute să-și amintească un mic detaliu sau un indiciu care ar fi putut să rezolve misterul. Cu puțin timp în urmă ea hipnotizase o femeie pentru a o ajuta să-și aducă aminte unde pusese un inel foarte prețios, moștenire de familie. De ce nu ar fi putut să-l ajute și pe acest individ să afle cine ar fi fost în stare să ia banii?

— Poate că aş putea să te ajut cu acest lucru, a sugerat Love,

Love trata foarte serios şedinţele de hipnoză clinică şi nu suporta să le transforme într-un fel de spectacol; fără un motiv clar nu avea nici un rost să îngăduie prezenţa a doi observatori. In plus, prezenţa lor ar fi putut să pună în pericol capacitatea clientului de a se concentra şi relaxa. înainte de a se ocupa de hipnoză, trebuia să lămurească problema celor două însoţitoare.

— Ei bine, cu ce aş putea să vă ajut pe voi? a întrebat Love dând din cap înspre cele două femei.

— A, ele au venit aici ca să mă ajute, a intervenit Cari. Problema e că de câte ori intru în transă, părăsesc lumea asta.

— Părăseşti lumea asta?

Această afirmaţie a surprins-o atât de mult încât nu a fost în stare decât să repete ceea ce spusese el.

— Oh! Părăsesc pământul şi intru în proiecţie astrală. Ştiţi ce înseamnă asta?

Pat a încuviinţat din cap uluită. Ea şi-a adus aminte de o prezentare pe care o făcuse cu puţin timp în urmă, în estul îndepărtat al Texasului, acolo unde se încheie Bible Belt. La această prezentare ea folosise tehnica imaginaţiei dirijate. Doi dintre spectatorii prezenţi s-au ridicat mormăind indignaţi în timp ce se îndreptau spre ieşire: „Probabil că în continuare o să o vedeţi cum fumează marihuana şi face şedinţe de spiritism." Pat putea să-şi imagineze care ar fi fost reacţia locală dacă s-ar fi aflat că ea lua parte la proiecţii astrale. Oamenii din acea regiune nu-i priveau cu ochi buni pe cei din afara comunităţii lor care veneau cu obiceiuri străine. De fapt, într-o noapte, unul dintre studenţii ei doctorali interni a fost trezit de nişte bubuituri puternice în uşa ei de la intrare. Individul furios de la uşă nu era nimeni altul decât şeriful din comitatul vecin care venise să o ameninţe: „Dacă vrei să nu ai probleme, ar fi bine să pui capăt şedinţelor ălora de consiliere cu soţia mea!" Ştiind care sunt obiceiurile locale, Pat s-a hotărât să o lase mai moale şi să acţioneze cu mai multă precauţie.

— Aşadar, când intri în transă, părăseşti pământul şi intri în proiecţie astrală. Corect? l-a întrebat Love pe Cari.

— Aşa e, a admis el. Iar Martha şi Mary sunt aici ca să mă ghideze.

EI şi-a întins mâinile şi le-a luat pe amândouă de după umeri.

— Ele sunt ghizii tăi? a întrebat Love din ce în ce mai curioasă.

— Exact, a spus el, încântat că ea părea să-l înţeleagă. Ele sunt aici pentru a mă aduce înapoi pe pământ.

Love s-a uitat la cele două femei şi a observat că amândouă dădeau din cap în semn de încuviinţare. Ele păreau să fie nerăbdătoare să-şi îndeplinească misiunea. Aveau o privire foarte încrezătoare, care parcă spunea: „Da. Asta facem noi. Sarcina noastră este să-l aducem înapoi pe pământ."

Mda, s-a gândit Love, pot să lucrez chiar şi aşa. De fapt, unul dintre principiile care stau la baza unei hipnoze solide este utilizarea — cu alte cuvinte, să foloseşti tot ceea ce îţi oferă clientul. In cazul acesta, pacientul venea cu o concepţie foarte aparte despre ceea ce l-ar putea ajuta să se simtă în siguranţă pe parcursul acestei călătorii. Dacă el credea că are nevoie de doi ghizi pentru a-l aduce înapoi pe pământ, cine era ea să-l contrazică?

— Foarte bine, a spus Love. Haideţi să începem.

Ea le-a cerut tuturor să se relaxeze şi să închidă ochii chiar dacă în continuare urma să se concentreze mai mult asupra lui Cari. Pentru că nu era sigură cum aveau să evolueze lucrurile, Love s-a hotărât să folosească o inducţie generală care era posibil să funcţioneze pentru toţi trei.

După ce Cari a intrat într-o transă adâncă, Love i-a cerut să se întoarcă în timp, la clipa în care începuse tura lui. Ea l-a purtat în fiecare moment al acelei după-amieze întrebându-1 unde era, ce vedea, ce făcea, cine era prin prejmă, ce comenzi a luat. A fost uimită de cât de detaliate erau relatările lui. El a putut să-şi amintească tot ce s-a întâmplat

până la cel mai mic amănunt. De asemenea, Cari a fost în stare să indice locul pe care-1 ocupase fiecare persoană din restaurant.

— E în regulă acum, l-a liniștit ea îndemnându-1 să continue relatarea. In momentul acesta servești un client.

— Oh. Numărul cinci. Ketchup și murături. Fără salată verde. O porție mare de cartofi prăjiți. Coca-Cola fără gheață.

— Foarte bine. Altceva?

— Uite-1 pe Elvis.

— Spune-mi despre Elvis, a zis Love pe un ton neutru. Era vorba despre o altă expoziție cu Elvis? în momentul acela nimic nu putea să o mai surprindă. Dar lucrurile merseseră bine până atunci, așa că s-a străduit să nu-și piardă calmul.

— Nu, nu e adevăratul Elvis. Seamănă cu el. Păr negru. Haină de mușama. Blugi strâmți. Marvin îl servește pentru că eu trebuie să încălzesc niște chifle.

— Cine este Marvin? a întrebat Pat. Lucrează cu tine?

— Mda, este unul dintre băieții din tură. El îl ajuta pe Elvis. îmi aduc aminte că după aceea am făcut tot felul de glume despre asta.

Pat și Cari au mers pas cu pas de-a lungul acelei după-a-mieze, iar el a continuat să descrie tura, aducându-și aminte de fiecare client și de fiecare comandă pe care o luase. De-a lungul acestei relatări, cele două femei au stat fără să scoată nici un cuvânt, încuviințând din cap de fiecare dată când erau de acord cu el.

— Haide să ne întoarcem la Elvis pentru un moment, a sugerat Pat. I se părea că acest incident trebuia exploatat în detaliu. Povestește-mi încă o dată ce se întâmplă.

— Gunoiul este dus afară.

— Cine duce afară gunoiul?

— Eu duc afară gunoiul.

— Spune-mi exact ce se întâmplă.

— Ies afară, a continuat Cari, cu trei, nu, patru saci foarte grei. Dintr-unul picură, o băutură, Coca-Cola — nu, Dr. Pepper — se scurge și... El a clipit din ochi ca și cum ar fi vrut să vadă mai bine.

— E în regulă. Este foarte bine. Nu te grăbi. Ieși afară cu patru saci, iar dintr-unul se scurge Dr. Pepper. Descrie ce faci afară.

— Pun sacii în tomberon. Dr. Pepper a făcut multă mizerie. Trebuie să curăț...

— E minunat. Te descurci foarte bine. Acum, de la tomberon, vreau să te uiți către restaurant și să-mi spui ce vezi.

— Suzette lucrează la ghișeul pentru servit clienții la mașină. Ea are probleme cu căștile.

— Bine. Ce altceva mai vezi?

— Doar pe Marvin.

— Bine. Ce face Marvin?

— Stă lângă casa de marcat. Pur şi simplu stă acolo.

Dintr-o dată Cari şi-a schimbat atitudinea. Acum arăta înspăimântat.

— Ce se întâmplă acum? l-a întrebat Love. Era surprinsă să constate că el nu era deloc încântat de revelaţia pe care o avusese în legătură cu rezolvarea misterului. în mod evident, Marvin fusese vinovatul, fiind singurul care avusese acces la casa de marcat în timp ce Carl fusese plecat. Dar în loc să arate uşurat el era foarte speriat.

— încep să plutesc, a spus el încet, iar vocea lui părea să se estompeze. Părăsesc acest pământ. Acum sunt în spaţiu. Sunt una cu universul.

Love a început să se impacienteze dar şi-a adus aminte că el o avertizase că se va întâmpla lucrul acesta. Doar din cauza asta el venise însoţit de ghizi.

— E timpul să vină ghizii tăi? l-a întrebat ea.

El a încuviinţat din cap. Acum era degajat şi chiar zâmbea.

— Nu trebuie decât să te relaxezi şi să te simţi confortabil şi în siguranţă; ghizii tăi sunt în apropiere.

Apoi s-a adresat celor două femei:

— Am să vă rog, în calitate de ghizi interstelari ai lui Cari, să puneţi fiecare câte o mână pe umerii lui... uşor dar ferm. Foarte bine... Acum vreau să-l ghidaţi înapoi către pământ. Nu trebuie decât să daţi din cap în momentul în care vă veţi afla toţi trei înapoi pe pământ, în cameră cu doctorul Love.

După aproape patruzeci şi cinci de secunde Cari şi cele două femei au dat din cap unul după altul.

— Aş vrea să-mi indici printr-o scuturare de cap, i-a spus Love lui Cari, când eşti sigur că te-ai întors cu adevărat pe pământ.

Zece secunde. Cincisprezece. Douăzeci. Apoi o uşoară scuturare din cap.

Love a respirat adânc. Această călătorie în spaţiu fusese extenuantă.

Cei trei au fost scoşi din transă. Ea a executat o sugestie posthipnotică pentru ca el să-şi aducă aminte de tot ce au vorbit, în special de faptul că l-a identificat pe Marvin ca fiind potenţialul hoţ. Toţi trei au plecat extrem de mulţumiţi de rezultat, iar mai târziu, Love a auzit din surse neoficiale că cei din conducerea restaurantului au reuşit să-l identifice pe făptaş cu ajutorul lui Cari. Ea nu a aflat însă dacă tânărul proaspăt întors din spaţiu şi-a reluat munca.

Love a avut multe de învăţat din acest caz, şi nu în ultimul rând cât de important a fost pentru ea să se încreadă în înţe-

lepciunea clienţilor săi. De fapt aceasta a fost una dintre regulile sale terapeutice principale. Atunci când porneşti de la ideea că doar tu ştii ce este mai bine pentru cei care vin să-ţi ceară ajutorul, întâmpini dificultăţi sau cel puţin nu reuşeşti să-ţi faci bine treaba.

Ceea ce îi place cel mai mult în munca de terapeut, spunea Love, este că eşti şi student şi profesor totodată. E-adevărat că unii ar putea să susţină că acest individ avea halucinaţii, dar la urma urmei el venise la ea pentru a-i cere un lucru simplu pe care ea putuse să-l facă. Atunci când cineva vine la ea, încearcă să fie foarte atentă la ceea ce-i solicită şi să trateze acest lucru cu maximă seriozitate.

Când tipul acesta a venit la ea, nu a făcut caz de ceea ce-i cerea. A respectat modul în care el vedea lucrurile. Şi l-a admirat pentru că ştia ce voia şi de ce avea nevoie. A fost foarte atentă să acţioneze întocmai cum dorea el.

Capitolul nouăsprezece

Samuel Gladding

Frumoasa şi bestia

amnel Gladding este unul dintre primii autori care au scris manuale în domeniul consilierii psihologice. Multe dintre ele au fost destinate cursurilor de pregătire

universitară, cum ar fi: Community and Agency Counseling (Consiliere comunitară şi privată); Becoming a Counselor: The Light, the Bright, and the Serious (Cum să ajungi consilier: uşor, interesant şi serios); Counseling: A Comprehensive Profession (Consilierea: O meserie complexă); Family Therapy: History, Theory and Practice (Terapia de familie: Istorie, teorie şi practică); Group Work: A Counseling Specialty (Terapia de grup: O specialitate a consilierii) şi Ethical, Legal, Professional Issues in the Practice of Marriage and Family Therapy (Probleme etice, juridice şi profesionale în practica terapiei maritale şi de familie). Sam este de. asemenea specialist în utilizarea strategiilor creative în numea de consiliere. în acest sens, el a scris o carte destinată profesioniştilor, Consilierea ca artă.

Gladding este profesor de consiliere la Universitatea Wake Forest.

Era vorba de un cuplu care arăta nemaipomenit şi în care cei doi protagonişti abia depăşiseră treizeci de ani. Prin urma-

re, Gladding a presupus că nu putea fi vorba decât de nişte probleme conjugale minore, cum ar fi, cine are prioritate la folosirea aparatelor de aerobic sau a gelului de păr. Privindu-i doar, nu i-ar fi dat niciodată prin cap că se afla în faţa a ceea ce avea să fie cel mai memorabil caz al său. Acum, când au trecut atâţia ani, Gladding încă le mai poartă o vie amintire. E ca şi cu cuplurile fictive din romane care, chiar şi după ce ai terminat de citit cartea, continuă să-ţi rămână mult timp în minte.

Sam i-a salutat pe cei doi care se aflau la uşa biroului său. Ce-i drept, stăteau împreună dar la o distanţă suficientă pentru a permite unei camionete să treacă printre ei. Nu era prima dată când observa acest pattern de poziţionare, dar nu se aşteptase să-l întâlnească la un cuplu care putea să aibă dificultăţi minore de acomodare. în acel moment şi-a dat seama că dincolo de frumuseţea acelor chipuri care se aflau înaintea lui ar fi putut să se ascundă o bestie de problemă. Pentru a-şi testa noua ipoteză, Gladding a lansat o întrebare deschisă şi benignă, ştiind că ea va atrage după sine un răspuns în măsură să-l informeze cu privire la gravitatea situaţiei.

— Aşadar, ce vă aduce aici? i-a chestionat el.

Aproape instantaneu, Joe, soţul, un fan al golfului şi un împătimit al sportului, a răspuns cu o voce puternică ce l-a făcut pe Sam să tresară şi care trebuie să fi speriat pe oricine se afla pe o rază de câţiva zeci de metri:

— Ea nu se poartă cum trebuie, a mugit el.

— Nu se poartă cum trebuie? a întrebat Gladding cât mai blând cu putinţă. Spune-mi mai exact despre ce este vorba.

Joe, fost sergent de instrucţie, rumen, cu părul blond tuns regulamentar, se uita la Sam de parcă acesta nu ar fi fost în toate minţile. Joe era obişnuit ca el să dea ordine iar ceilalţi să-l asculte; la fel cum fusese cazul cu noii recruţi pe care îi instruise cândva sau cu jucătorii de golf pe care îi antrena acum la unul din cluburile regionale din apropiere.

— Nu se poartă cum trebuie, a repetat el cu sarcasm, arun-cându-i o privire încruntată. Adică să facă ce i se spune. Acum ai înţeles?

înainte de a răspunde, Gladding s-a uitat la Mona, soda lui Joe. Aceasta şi-a ferit privirea. Părea speriată. Dar chiar şi într-un asemenea moment tensionat era imposibil să nu observi că Mona era o femeie foarte frumoasă. Avea un păr

blond care-i cădea cu multă grație pe umeri, de parcă fiecare șuviță în parte ar fi fost aranjată. Ochii albaștri și corpul ei zvelt erau absolut remarcabili. Dar ea prezenta imaginea perfecțiunii și dincolo de calitățile fizice cu care o înzestrase natura. Machiajul ei era fără nici un cusur iar hainele pe care le purta păreau alese de un expert dintr-un magazin de lux din New York în vederea unei prezentări de modă.

— Așadar, Mona, a spus Gladding, crezi că motivul pentru ați venit la terapie este faptul că nu te porți cum trebuie?

înainte ca ea să apuce să răspundă, Joe a intervenit. El s-a mișcat amenințător în direcția lui Sam și a lătrat vizibil nemulțumit:

— Ce faci? Eu sunt cel care te-a sunat. Eu sunt sursa de informații aici. Nu mai pot să ajung până la ea. Pur și simplu nu ascultă. E clar că nu-i mai pasă. Uită-te la ea. Nu e nevoie să o întrebi ceva. Se vede clar totul la fel ca nasul de pe fața mea.

Gladding s-a abținut să nu se zgâiască la nasul lui Joe, deși era tentat să facă așa. Joe îl invitase să examineze această păpușă de porțelan numită Mona, urmând ca apoi să se întoarcă la Joe cu revelația că a înțeles ceea ce acesta încerca să-i spună. Dar în timp ce se uita la Mona, care arăta ca o jucărie preferată păstrată în dulap și scoasă numai la ocazii speciale, s-a simțit încurcat pentru că nu reușea să-și dea seama în ce consta problema pe care Joe o invocase și care ar putea fi rolul Monei în această relație.

— Nu cred că am înțeles prea bine ce ai spus, i-a spus el prudent lui Joe.

— E nevoie să-ți spun pe litere? s-a răstit Joe.

Avea o voce autoritară care îi aducea aminte lui Gladding de vremea când își făcea armata la Fort Bragg, în Carolina de Nord, unde a avut parte de o astfel de atmosferă tensionată și inhibatoare.

— Uite ce e, când am cunoscut-o pe Mona era săracă, slabă și sfioasă. Nu avea clasă. Nu era în nici un caz o femeie sofisticată, Era un fel de Eliza Dolittle, dar fără accent britanic. Eu am făcut-o ceea ce este azi. Am scos-o din mizeria aia pe care ea o numea familie și am învățat-o să se poarte ca o femeie stilată.

în timp ce Joe spunea aceste lucruri, Mona și-a încrucișat brațele și a scos limba la soțul ei, o dovadă grăitoare, se gândea Gladding, a maturității cuplului și a respectului pe care Mona îl avea față de Joe. Dar de îndată ce soțul ei a privit-o într-un anume fel, ea s-a îmbățoșat precum un soldat care ia poziție de drepți, încetând să se mai comporte ca o păpușă.

— Mă întreb, Mona, dacă tu...

înainte ca Gladding să apuce să o invite pe Mona să vorbească, Joe l-a întrerupt din nou.

— Nu am terminat, a spus Joe. Vreau să-ți mai spun ceva. Uite care sunt principalele mele plângeri. Noi nu mai facem sex! Ei nu-i place să iasă în oraș sau să facă ceva. Nici măcar nu mai este preocupată de felul cum arată! Mie îmi place ca soția mea să arate bine atunci când ies în lume cu ea, iar ea trebuie să vrea la rândul ei acest lucru atât pentru mine cât și pentru ea însăși. Am relații cu o serie de oameni importanți din acest oraș, iar soția mea trebuie să arate bine când e cu mine.

— Bine, mulțumesc, Joe, a încercat Gladding să-l tempereze. Apreciez faptul că ai venit să ceri ajutor în problemele legate de căsnicia ta și că ți-ai expus punctul de vedere în legătură cu ceea ce se petrece între voi. Dar trebuie neapărat să aud lucrurile astea și de la soția ta. Mona, poți să-mi spui ce crezi tu că se întâmplă în mariajul vostru?

în tăcerea care s-a lăsat, Mona a început să vorbească încet dar ferm:

— El vrea pur și simplu totul dar nu oferă nimic în schimb. Stau toată ziua singură acasă. Nici măcar nu mă lasă să-mi iau o pisică sau un câine. Sunt o persoană, nu un obiect!

— Iubito, a intervenit Joe, neluând în seamă ultima ei afirmație, știi că animalele fac mizerie. Dacă ne luăm o pisică

sau un câine o să se umple casa se păr, mai ales dacă...

— îmi cer scuze Joe, l-a întrerupt Gladding, dar cred că Mona spunea ceva important, și acest lucru nu avea legătură cu creaturile cu blană.

— Vezi, a izbucnit Mona întrezărind în discuția cu Sam o oportunitate de a-și câștiga un aliat. Vezi cum mă tratează?

— Continuă, a îndemnat-o Sam. Nu voia să-i ia partea ci doar să o asigure că este ascultată. Spuneai că te simți singură și că ești apreciată doar pentru felul în care arăți și te porți în anumite ocazii.

— Da! aproape că a strigat ea, făcând ca discuția să devină și mai aprinsă. Ai auzit ce vrea el. Ei bine, dă-mi voie să-ți spun după el, nu numai eu trebuie să fiu frumoasă și strălucitoare ca o monedă nou-nouță ci și casa în care locuim. Joe inspectează casa în fiecare zi, dacă poți să crezi așa ceva. își pune mănuși albe la fel ca cei din armată și verifică dacă este praf pe rafturi și prin alte locuri. Se duce să vadă dacă paturile sunt făcute cum trebuie. Mă tratează ca pe un recrut pe care crede că trebuie să-l țină la respect pentru că este mai mare în grad. El e convins că are dreptul să facă asta pentru că, printre altele, m-a transformat în ceea ce el numește o „ființă admirabilă".

— Iubito, iubito, a spus Joe, știi că fac asta doar pentru că țin la tine. Vreau să arăți cât se poate de bine. Vreau ca locuința noastră să fie...

— înțeleg că îți este greu să..., a început Gladding.

— Stai puțin, a spus Mona. Asta nu este tot. Mai mult decât orice altceva, trebuie să-i pregătesc mâncărurile lui după planul pe care îl afișează în fiecare săptămână: o porție de carne, două de legume (nu numai una), pâine, desert — și toate astea trebuie să fie pe masă în fiecare seară la ora 6.35. Nu la 6.30. Nu la 6.40. Exact la 6.35. Și mâncarea trebuie să fie fierbinte și gustoasă. Ai idee câtă mâncare am aruncat la gunoi numai pentru că nu era pe placul acestui sergent?

Mona a continuat să enumere cu înverșunare ordinele pe care trebuia să le execute. Și cu fiecare plângere pe care ea o avansa, Joe se agita din ce în ce mai nervos pe scaun. Fața lui rotofeie devenea din ce în ce mai roșiatică. La un moment dat

Gladding a crezut că o să explodeze. Dar în cele din urmă Joe a reușit să se mențină în limite rezonabile, cu excepția momentelor în care mormăielile lui dezaprobatoare se auzeau precum rafalele de gloanțe menite să reducă la tăcere forța ce se dez-lănțuise împotriva lui.

— Nu ai terminat încă? s-a adresat el vehement Monei, dând de înțeles că acum era rândul lui.

Mona și-a încrucișat brațele, s-a uitat fix înainte, după care, asigurându-se că Joe o vede, a scos din nou limba la el.

■— Nu mai am nimic de spus, a replicat ea bosumflată.

— Nu e deloc drept, a zis Joe dând din cap dezgustat, ca o femeie să se poarte în felul acesta. Este soția mea. M-am căsătorit cu ea. Este proprietatea mea. îmi aparține. Fiecare parte a ființei ei este a mea, iar ea trebuie să înțeleagă acest lucru și să se supună. Am salvat-o din cel mai îngrozitor loc pe care ți-1 poți imagina și am făcut din ea o ființă adorabilă. Am în-vățat-o cum să țină casa curată și să gătească bine. Femeia asta ar trebui să fie recunoscătoare pentru tot ce am făcut pentru ea. Dar crezi că îmi mulțumește? Nu! Ea doar...

— Ar trebui să fiu recunoscătoare? Ar trebui să fiu recunoscătoare pentru că m-ai tratat ca pe un obiect? Ar trebui să fiu recunoscătoare pentru faptul că îmi alegi până și hainele cu care mă îmbrac și îmi verifici machiajul în fiecare zi? Pentru felul în care mă urmărești și te uiți la mine în fiecare secundă? Pentru modul în care mi-ai organizat viața până la cel mai mic detaliu? Nu cred, soldatule! Mona se dezlănțuise.

Joe a dat din cap dezamăgit, după care s-a uitat la Gladding cu o figură aproape disperată.

— Acum înțelegi despre ce vorbeam?

Spiritele se înfierbântă

în primele ședințe, Gladding a strâns mai multe informații despre relația lor. El a aflat că Joe și Mona erau căsătoriți de șase ani și că, în ultimul timp, certurile dintre ei erau din ce în ce mai aprinse. Mona nu mai voia să fie supusă. Ea era deci-

să să-și înfrunte soțul. Avea convingerea că merită mai multă libertate și respect, iar acest lucru îl scotea din minți pe Joe. El susținea că ea a devenit indisciplinată și că nu-i mai recunoaște superioritatea în rang.

Aceste probleme se adânceau pe zi ce trecea. Viața lui Joe fusese întotdeauna animată de dorința de a câștiga. De-a lungul carierei sale militare obținuse o serie de distincții și, de câteva ori, chiar fusese citat ca cel mai bun sergent de instrucție din batalion. Acum, când era suporter de golf, nu se mulțumea doar să-i învețe pe alții acest joc; la sfârșitul săptămânii pleca în turneu. Era mânat de dorința de a acumula cât mai multe victorii. Acasă, pe șemineu, se aflau expuse trofeele pe care le obținuse, dovezi ale talentului său de jucător. Pentru el bărbăția consta în a fi cel mai bun în tot ceea ce faci. Aceasta presupunea printre altele să te căsătorești cu cea mai frumoasă femeie.

Mona era cel mai valoros dintre trofeele sale. El o etala de câte ori avea ocazia. Frumusețea și șarmul ei îl făceau să se simtă important. Originea lui modestă îl făcuse să aibă probleme cu respectul de sine, motiv pentru care avea nevoie de Mona așa cum un alcoolic are nevoie de băutură. Ea nu era numai proprietatea dar și obsesia lui. Primii ani de căsnicie i-a dedicat înfățișării Monei, care trebuia să atingă perfecțiunea imaginată de el. Apoi Joe a început să-și petreacă ore întregi pentru a se asigura că și casa pe care o întreținea ea și mâncărurile pe care le gătea erau tot atât de perfecte ca și ea. Era extrem de preocupat de hainele pe care ea trebuia să le poarte. Inspecta casa înainte să plece, iar o dată pe săptămână își cântărea soția pentru a se asigura că-și menține greutatea ideală.

Pentru Gladding, Mona era acum ca un vulcan care tocmai a erupt. Pur și simplu ea nu mai voia să accepte această situație și, într-un fel, Gladding o admira pentru faptul că se hotărâse să-l înfrunte pe acest individ extrem de pretențios și de autoritar. Pe de altă parte, el își dădea seama că Joe și Mona aveau o viață împreună care merita să fie salvată. Aceasta numai dacă Joe ar fi ajuns să admită că acum era tot atât de neajutorat pe cât fusese și Mona în momentul în care o cunoscu-

se. La rândul ei, Mona avea un rol important în acest proces. Ea putea să-și direcționeze constructiv furia care o cuprinsese sau să o lase să erupă pur și simplu, generând un sfârșit exploziv al mariajului ei.

Hărtuiala

z

Răspunsul la această dilemă a venit brusc și într-un mod neașteptat în intervalul dintre cea de a șasea și cea de-a șaptea ședință. într-o sâmbătă dimineață. Mona i-a dat telefon lui Gladding. Deoarece îi sfătuise pe cei doi soți să-l sune numai în caz de urgență, el s-a gândit imediat că se întâmplase ceva grav. Oare Joe îți pierduse cumpătul și își bătuse soția neascultătoare? Oare Mona pusese otravă pentru șoareci în mâncarea lui Joe? Dar în timp ce o asculta pe Mona, el a constatat că nu era nimic din toate acestea. Mona nu făcea decât să sporovăiască despre tot felul de lucruri banale, aparent fără nici un scop.

— Și totuși, de ce m-ai sunat acasă? a întrebat-o în cele din urmă Gladding după ce o ascultase vreo zece minute. Te întreb asta pentru că mi-ai vorbit despre o grămadă de lucruri dar nu și despre motivul telefonului tău.

— Ah, îmi cer scuze pentru asta. Pur și simplu am simțit nevoia să vorbesc cu cineva și eram sigură că tu o să mă asculți. Oricum, ne vedem spre sfârșitul săptămânii.

După asta Mona a închis brusc.

Despre ce naiba putea să fie vorba? s-a întrebat Gladding. Gestul ei fusese complet neobișnuit. Nu avea nici un sens.

Să fi fost vreun motiv ascuns? în timp ce se întorcea la treburile lui de sfârşit de săptămână, Gladding era din ce în ce mai nelămurit. în curând avea să descopre că telefonul Monei fusese de fapt o „chemare la arme".

Revelaţia s-a ivit la următoarea şedinţă, imediat ce Mona şi Joe s-au instalat în biroul lui Gladding. De obicei Gladding era cel care dădea tonul şedinţelor cu cei doi, punând o întrebare sau făcând un comentariu. De data aceasta însă, Mona a început imediat să vorbească.

— In primul rând, a zis ea, vreau să-ţi mulţumesc, domnule doctor Gladding, pentru că ai acceptat să discuţi cu mine despre Joe.

„Am discutat despre Joe? La ce se referea?" s-a gândit Gladding. Tot ce a putut să-şi aducă aminte a fost că ea se lansase la telefon într-o tiradă nesfârşită despre cât de mult trebuia să muncească pentru a pune casa la punct în vederea următoarei inspecţii.

— L-ai sunat fără să-mi ceri voie? a interogat-o Joe pe soţia lui.

— Exact! L-am sunat! a replicat ea. Şi el a fost de acord cu mine că eşti o persoană foarte autoritară, nesigură şi demnă de milă. La fel ca şi mine, a ajuns foarte repede să-şi dea seama ce fel de persoană eşti. Se pare că toate astea au legătură cu sentimentele tale de inferioritate.

— Despre ce vorbeşti? a urlat el. Apoi s-a întors acuzator către Gladding. Tu ai pus-o să facă asta? Tu m-ai trădat în felul ăsta? Ai făcut un lucru imoral, ilegal, dezonorant, lipsit de respect şi de-a dreptul dezgustător!

—■ Nu, nu, a încercat Sam să explice pentru a pune capăt acelei situaţii. E adevărat că am vorbit cu Mona. Apoi, întorcându-se către Mona: Noi doi am vorbit săptămâna trecută, dar, dacă îţi mai aminteşti, eu nu am făcut altceva decât să te ascult. De fapt tu nu ai spus nimic. Am avut impresia că nu vrei decât să reciţi plângerile pe care de altfel le-ai menţionat la şedinţele trecute. în cele din urmă am pus capăt conversaţiei cu tine pentru că nu era nimic urgent.

— Of, domnule doctor, a spus ea pe un ton mieros, eşti prea modest. Sincer, m-ai ajutat mai mult decât oricine. în privinţa asta, a spus ea uitându-se cu înţeles către soţul ei. Şi în plus, a continuat ea adresându-se de data aceasta direct soţului ei, el a fost de acord cu mine că tu eşti cel care are probleme. Dacă nu te-ai simţi atât de nelalocul tău ca om, dacă...

— Ce? a mugit Joe. E ridicol! Mona, ai înnebunit?

Ei bine, Mona chiar că era nebună, iar acum nebunia ei se transformase în ticăloşie de vreme ce îşi hărţuia atât soţul cât şi terapeutul. Era o experienţă foarte dureroasă, mai ales că to-

tul se întâmplase atât de repede şi cu atâta înverşunare. Gladding începuse să se întrebe serios dacă nu cumva Joe o să se întoarcă fizic împotriva lui, aşa cum procedase şi Mona, dar la modul verbal. Joe părea să nu dea nici un semn că ar avea o asemenea intenţie şi, mai mult decât orice, se afla într-o stare de stupoare absolută. Cu toate acestea, Gladding s-a uitat precaut în jur pentru a găsi o cale de a ajunge mai repede la telefon sau la uşă.

— Şi mai vrei să ştii ceva? a ţipat Mona la Joe. Ieri am mâncat o cutie întreagă de ciocolată şi m-am îngrăşat cu un kilogram! Când o să ajung acasă azi, am de gând să mănânc încă o cutie de ciocolată. Şi nu o să poţi să mă împiedici în nici un fel!

— Cum îndrăzneşti! a izbucnit Joe, simţindu-se ca şi cum ar fi pierdut controlul asupra Monei şi a lui însuşi.

Era înmărmurit şi speriat, precum cineva care se retrăgea din mijlocul unei bătălii pentru care nu era pregătit. Hărţuia-la lui Mona reuşise. Autoritatea lui Joe fusese atacată şi învinsă.

Mona a simţit gustul dulce al victoriei pe care o câştigase în urma atacului său prin surprindere. Fără prea multă vâlvă, ea s-a ridicat de pe scaun, şi-a netezit cutele fustei şifonate şi s-a îndreptat încet dar ferm către uşă. In felul acesta ea şi-a luat rămas-bun de la cei doi. Joe şi Sam au rămas amândoi cu gura căscată.

— Cum ai putut să-mi faci una ca asta? l-a acuzat Joe pe Sam. Cum ai putut să o întorci în halul ăsta împotriva mea?

înainte să răspundă, Sam şi-a dat seama că Mona l-a tras pe sfoară. Ea îşi obţinuse independenţa transformând conversaţia inocentă pe care ei doi o avuseseră la telefon într-un adevărat atac. înainte ca el să poată replica, ea a acaparat întreaga scenă şi şi-a declarat victoria părăsind câmpul de luptă. Frumoasa s-a transformat într-o bestie, dând în vileag mariajul lor aşa cum era: o capcană cu pereţii exteriori bine conturaţi şi care nu lăsau să se vadă ce se află înăuntru.

Revenindu-şi cu greu după această agresiune verbală, Gladding a fost nevoit să-l asculte pe Joe care se lansase într-o serie de ameninţări şi înjurături care mai de care mai picante,

pe care le adunase probabil de-a lungul carierei lui de sergent de instrucţie. în timp ce înjura de mama focului, venele de pe gât şi frunte i se îngroşaseră şi pulsau cu rapiditate. Dar cuvintele erau în van. La un moment dat, Joe a rămas cu gura deschisă, fără să mai spună nimic, de parcă se scursese din el toată energia. El s-a ridicat şi s-a îndreptat către aceeaşi uşă pe care ieşise soţia lui cu câteva minute mai devreme. Mobilizân-du-şi ultimele rămăşiţe de energie, Joe a ieşit trântind cu atâta putere uşa în urma lui încât pereţii au început să vibreze.

După ceartă

Gladding nu a mai revăzut niciodată acel cuplu, cel puţin nu în biroul lui. Mai târziu el a aflat că încă înainte de ultima şedinţă de terapie, Mona îşi dusese toate hainele de acasă. Astfel a putut să constate încă o dată ce strateg talentat se dovedise acea femeie. Ea reuşise să facă minuni din acea convorbire telefonică „de nimic". Sub pretextul că avea nevoie de ajutor, ea a început un nou stil de viaţă, părăsindu-1 pe Joe iar mai târziu divorţând.

în timp, Mona s-a recăsătorit. Gladding a întâlnit-o câţiva ani mai târziu, într-un magazin. Era cu băieţelul ei de vârstă preşcolară căruia tocmai îi cumpăra o jucărie GI Joe. Gladding a fost foarte surprins de cât de mult se schimbase. încă mai era o femeie atrăgătoare, dar era nemachiată iar îmbrăcămintea ei era obişnuită. Şi se îngrăşase destul de mult. Cu toate acestea, părea fericită. Deşi nu şi-au spus nici un cuvânt, Mona a zâmbit când l-a văzut pe Gladding.

Cât despre Joe, el s-a apucat să colecţioneze neveste la fel cum procedase cu trofeele de golf. Ultima dată când a făcut numărătoarea, Gladding a constatat că Joe se căsătorise de trei ori şi divorţase de tot atâtea. Fiecare persoană recrutată pentru mariaj era tânără şi drăguţă dar nesofisticată. Şi toate proveneau dintr-o zonă rurală şi nu aveau prea multă şcoală. Recordul divorţurilor lui Joe dovedea că îi era destul de greu să-şi păstreze recruţii o dată ce aceştia dobândeau un anumit

grad de sofisticare. De fapt, s-ar putea spune că, aşa cum se întâmplase şi în cazul Monei, Joe reuşea să scoată bestia din fiecare dintre frumuseţile lui.

Gladding a aflat de asemenea că Joe nu s-a mai dus niciodată la consiliere maritală şi nici una din soţiile lui nu şi-a recâştigat libertatea în urma vreunei hărţuieli terapeutice. Bătrânul soldat Joe nu a învăţat niciodată să folosească noi modalităţi de a-şi controla consoartele şi pe sine însuşi. Se pare că în timp el a devenit ceva mai tolerant şi chiar a renunţat la pat tern -urile lui de interacţiune. El spunea că golful a devenit pentru el la fel de important ca şi femeile. Deşi a continuat să-şi etaleze cu mândrie realizările lui, el nu a mers niciodată până la rădăcina pa ttern-ur Hor lui de interacţiune.

în ce-1 priveşte pe Gladding, se pare că o singură hărţuia-lă i-a fost de ajuns. El a avut grijă să întărească regula telefoanelor de urgenţă. De asemenea, oferea cuplurilor pe care le avea la terapie numerele de telefon de la câteva linii de urgenţă. în plus, a devenit un cititor pasionat al istoriei Războiului Civil. Lectura aceasta l-a ajutat să înţeleagă mai bine strategiile implicate în războiul purtat împotriva unui opresor real sau care este doar perceput în acest fel. Se pare că acest lucru i-a îmbogăţit strategiile şi percepţiile terapeutice într-un mod neaşteptat.

Capitolul douăzeci

Gay Hendricks

Minciuna care se ascundea în spatele lui

ay Hendricks este profesor la Universitatea din Colo-rado, consilier asociat, practică terapia relațiilor de cu-

- piu și este autorul unor best-seller-uri despre dragos

te și relațiile de cuplu. în munca sa terapeutică el combină concentrarea spirituală, aptitudinile comunicaționale și utilizarea conștiinței corporale, a respirației și a mișcării. Această înseamnă că el îi ajută pe oameni să-și conecteze experiența somatică la dezvoltarea personalității și a relațiilor cu ceilalți. De asemenea, el practică terapia intensivă, care presupune două până la trei ședințe pe săptămână în loc de obișnuita ședință săptămânală.

în cărțile sale, Concious Loving (Dragostea conștientă) și The Conscious Heart (Inima conștientă), el ajută cuplurile să-și dezvolte relațiile intime, indicându-le să ia în considerare o serie de probleme, cum ar fi: Care sunt calitățile pe care le admir cel mai mult la partenerul meu? Cum aș putea să apreciez mai bine aceste calități? Ce pot să fac ca să fiu apreciat mai mult și ca relația mea să prospere?

Hendricks lucrează împreună cu soția lui, Kathlyn. Ei călătoresc foarte mult organizând workshop-uri despre ceea ce trebuie să facem pentru a trăi într-un mod mult mai responsabil. De fapt, Gay este aproape tot timpul în mișcare, astfel că acest interviu i-a fost luat prin telefonul mobil, în timp ce traversa munții spre Santa Barbara.

jùlMilliiilMai.....mm

Hendricks a dorit să vorbească despre două cazuri, ambele fiind axate pe problemele încrederii și fidelității în căsnicie. El și soția lui lucrează adesea cu cupluri care din când în când iau avionul până la ei pentru a experimenta vreme de câteva zile terapia intensivă oferită de cei doi soți. Ei preferă acest mod de lucru pentru că, pe de o parte se întâmplă foarte rar ca ei să stea în oraș o perioadă mai lungă de timp, iar pe de altă parte, au constatat că aceste ședințe concentrate sunt eficiente. Gay a descoperit că în doar câteva zile poate să facă mai multe progrese decât pot să facă alții într-un an. Uneori, când timpul este limitat sau când se ivește vreo criză, ei pot să lucreze împreună chiar și douăzeci și patru de ore neîntrerupte, terminând de multe ori spre dimineață.

Care este acea minciună pe care

ai păstrat-o în corpul tău?

Primul dintre cazuri a apărut când un bărbat care făcea parte dintr-un grup de oameni de afaceri a venit să lucreze câteva zile cu Hendricks la alcătuirea unei echipe. Tommy era căsătorit de douăzeci de ani cu cea de a doua soție a sa, care îl însoțea în acea excursie. Era un antreprenor plin de succes și foarte bogat, așa că cei doi soți stăteau foarte bine din punct de vedere financiar; de fapt, erau pe cale de a-și construi casa visurilor lor.

— La prima vedere, a spus Hendricks, se părea că lucrurile merg bine între ei.

Dar în cursul interviului pe care l-a avut cu acel domn, a reieșit foarte limpede că acesta era nefericit, având unele probleme atât la serviciu cât și cu sănătatea. Avea dureri cronice de spate care se agravaseră atât de mult încât i se recomandase să se opereze.

Gay și Kathlyn obișnuiau să lucreze cu cuplurile într-o manieră foarte simplă. După ce i-au poftit în birou pe Tommy și pe soția lui, Caitlan, pentru o ședință mai lungă, ei au început cu o întrebare pe care obișnuiau să o pună

pentru a afla gradul de angajare al pacientului:

„Eşti hotărât să-ţi tratezi durerea de spate?"

„Ei", a răspuns lent Tommy, „de fapt, nu pentru asta am venit aici, dar, la naiba, mda, am să fac tot ce trebuie pentru a scăpa de nenorocita asta de durere. Abia pot să mă mai mişc."

— Aveam în faţă un om care era obişnuit să aibă un control absolut asupra afacerilor şi a vieţii sale, iar acum era pur şi simplu exasperat că trupul său îl trăda în felul acesta. Era într-o agonie îngrozitoare, atât din punct de vedere fizic cât şi psihic.

Hendricks era convins că între problemele psihologice şi simptomele fizice există o conexiune foarte strânsă. Totodată, credea că o singură întrebare importantă ar fi fost suficientă pentru a dezvălui originile durerii de spate a lui Tommy. Exista totuşi riscul ca această chestionare să fie luată drept inoportună şi ameninţătoare.

„Mă întrebam", a început Hendricks cu grijă, „ce minciună ai ţinut în tine în ultimii ani din moment ce ai început să simţi durerea de spate?"

„Cum?" a spus Tommy, luat prin surprindere. începuse să se înroşească uşor la faţă. „Vrei să spui că sunt un mincinos?"

„Nici vorbă", a zis Hendricks.

El i-a explicat apoi ipoteza lui. Potrivit acesteia, Tommy ar fi putut „să fi dat ceva la spate" cândva, iar acest lucru sălă-şluia de atunci în spatele lui. Hendricks crede că aşa cum pisicilor şi câinilor li se ridică blana de pe spate atunci când sunt întărâtaţi, şi oamenii, la rândul lor, pot să resimtă durerea psihică în spate.

Deocamdată, Hendricks nu se aştepta ca Tommy să răspundă.

— Când pui o întrebare dură ca aceasta, nouăzeci şi nouă la sută din cei întrebaţi refuză să-şi deschidă sufletul şi să răspundă la ea. Dar felul în care reacţionează ei este de-a drep-

tul revelator, spunând foarte multe despre personalitatea lor. Cu alte cuvinte, oamenii vor răspunde la această întrebare prin acelaşi mecanism pe care l-au folosit de-a lungul vieţii lor pentru a-şi satisface nevoile şi pentru a se apăra de durere.

In cazul acesta. Tommy s-a înfuriat pentru că Hendricks îndrăznise să-i aducă o asemenea acuzaţie.

— Această reacţie mi-a dat de ştire imediat că mă aflu pe drumul cel bun, a spus Hendricks. Dacă putem să obţinem o reacţie atât de puternică punând o întrebare de genul acesta, atunci ştim că ne aflăm pe calea cea bună. Eu le spun mereu studenţilor mei că acesta este momentul pentru care terapeuţii îşi primesc plata. Intr-un fel situaţia este asemănătoare cu aceea a vânzătorilor care sunt plătiţi pentru momentul în care cumpărătorul spune: „Nu, nu vreau să cumpăr asta!" Ei bine, în terapie momentul pentru care suntem plătiţi este atunci când clientul se încăpăţânează să spună: „Nu, aici te afli pe un drum greşit". Acesta este un moment pe care îl savurez pentru că ştiu că tocmai mi s-a ivit o cale de acces.

Confesiunea

In următoarea oră, Hendricks a continuat să-l preseze pe Tommy pe această temă. I-a explicat că ceea ce făcea el, orice ar fi fost aceasta, nu numai că nu ducea la nimic bun dar părea chiar să înrăutăţească lucrurile. în cele din urmă, clientul său a început să cedeze şi a mărturisit — ce-i drept, fără tragere de inimă — că minciuna pe care o purta cu sine era că avea o relaţie cu o altă femeie. Interesant era că el a început să aibă dureri de spate din momentul în care a debutat această aventură.

— O dată ce a fost dispus să admită că minte şi să-i mărturisească soţiei lui adevărul, a explicat Hendricks, probleme ca a lui puteau fi rezolvate în nu mai mult de zece secunde. Bineînţeles, cu condiţia ca în acest interval să fie deschis

și să comunice ceea ce este esențial. Dar, cu toate că mărturisise că avea o relație cu o altă femeie, lui i-a fost frică să vorbească despre acest lucru pentru că știa că soția lui se va supăra. Și,

bineînțeles, ea s-a supărat. Au urmat câteva ore în care ne-am străduit din răsputeri să-i ajutăm pe cei doi soți să depășească această situație.

Cuplul a părăsit ședința decis să încerce în continuare să-și refacă relația. Tommy a fost de acord să fie mult mai sincer, iar Caitlan să încerce să-l ierte. Durerea lui de spate a început să se diminueze. în cele din urmă, Tommy nu a mai fost nevoit să se opereze, simțindu-se mai bine ca oricând.

Ca și cum acest aspect al poveștii nu ar fi fost un exemplu destul de grăitor al modalităților în care corpul poate să „păstreze" durerea psihică, Caitlan a început să observe, după ce cuplul s-a întors acasă, că se petreceau niște schimbări dramatice în corpul ei. Una dintre problemele constante ale relației lor era legată de faptul că ea era supraponderală. In anii în care soțul ei avusese acea aventură, ea încercase, fără nici un rezultat, să scape de cele aproape cincisprezece kilograme pe care le avea în plus.

— Câteva luni mai târziu, Caitlan mi-a trimis o scrisoare, ne-a spus Hendricks. Ea spunea că slăbea văzând cu ochii. Nici măcar nu a fost nevoie să facă o cură de slăbire — kilogramele în plus dispăruseră de la sine. Ceva se schimbase în ea, și ca rezultat al acestui moment al adevărului, ea avea acum o relație mult mai sănătoasă cu corpul ei.

Ceea ce l-a surprins cel mai mult pe Hendricks a fost rapiditatea acestor reacții. El mai văzuse până atunci și alte cazuri în care oamenii făceau aceste tipuri de legături, dar nu mai întâlnise niciodată o situație în care reacțiile să fie atât de dramatice și instantanee. Tommy s-a simțit în stare să înfrunte reproșurile și furia soției lui numai în momentul în care s-a decis să se elibereze de durerea lui de spate. La rândul ei, Caitlan a scăpat de kilogramele în plus numai în momentul în care suspiciunile ei s-au confirmat și ea s-a arătat dispusă să-și ierte soțul.

Lăsând furia să vorbească

Hendricks ne-a relatat un alt caz care, ca și cel de mai înainte, trata problema încrederii și a fidelității în căsnicie. în plus,

acesta oferea un exemplu mai degrabă neobișnuit de pat-tern-uri ereditare recurente — o situație în care istoria familiei trece de la o generație la alta, adesea fără ca participanții să aibă cunoștință despre scenariile repetitive și moștenite pe care ei le interpretează.

Era vorba de un cuplu care venise pentru trei zile de ședințe intensive cu scopul de a-și rezolva o serie de dificultăți pe care le aveau în căsnicie. Erau căsătoriți de cincisprezece ani. Cu un an în urmă, între ei a intervenit o problemă peste care nu au putut să treacă. Acum ajunseseră în punctul în care se gândeau serios la divorț.

— Trent era un individ masiv, l-a descris Hendricks pe soț. Avea 1,83 metri înălțime și cântărea peste o sută de kilograme. Era un bărbat foarte musculos, cu o voce puternică și răsunătoare — în facultate fusese fotbalist și atlet. Spre deosebire de el, soția lui, Jane, era chiar subțirică. Era o femeie cu picioarele pe pământ, foarte directă și cu o față care plesnea de sănătate — părea să fi trăit toată viața la o fermă sau ceva de genul ăsta. Pe Trent ți-1 imaginai mai degrabă la Clubul Kiwa-nis ținând cuvântări. Cei doi soți trecuseră de patruzeci de ani și nu aveau copii, așa încât pentru ei, profesia era principala preocupare din viața lor. Și amândoi erau foarte realizați în domeniile lor de activitate.

Lui Hendricks nu i-a trebuit prea mult pentru a afla ce anume îi adusese pe cei doi într-o asemenea situație nefericită: Jane avusese o relație sexuală cu un alt bărbat.

— Era vorba de o relație căreia Jane îi pusese capăt la puțin timp după ce debutase. Cu toate acestea, ea a mărturisit că a fost vorba de o pasiune nebunească, spontană, plină de intensitate și care s-a stins la fel de rapid precum începuse. Chiar dacă această aventură se sfârșise cu mult timp în urmă, Trent era obsedat de ea. Pur și simplu nu era în stare să se detașeze de ea și să o dea uitării. Și nici nu era dispus să-și ierte soția. Deși Jane își ceruse în repetate

rânduri iertare, susținând că îi pare rău și că nu o să mai facă așa ceva, Trent era din ce în ce mai nervos și mai agresiv. Jane se temea foarte mult de această violență emoțională pe care nu o mai observase până atunci la soțul ei.

— Deoarece Trent nu voia să o ierte, iar furia lui se adâncea pe zi ce trecea, Jane a simțit că nu mai poate îndura această situație. Mai încercaseră și înainte să facă terapie. Fuseseră la biserică să se roage. Dar nimic nu a putut să-i ajute să depășească această situație dificilă în care rămăseseră blocați.

— în familia lui Jane, dacă făceai ceva rău îți cereai iertare și se depășea momentul. Dar, deși a încercat în repetate rânduri să procedeze astfel cu Trent, nu a mers; din contră, pocăința ei părea să-l înfurie și mai mult. Aceasta era situația lor în momentul în care au venit la mine.

Gay și Kathlyn au încercat absolut orice pentru a-i ajuta pe cei doi să depășească acest impas. Ei au încercat să-i învețe o procedură numită ascultare activă, prin care fiecare partener este obligat să-l asculte atent pe celălalt și să răspundă într-o manieră care dovedea că celălalt a fost auzit și înțeles.

„Ei bine, Trent", a început Gay, „vreau să-i spui soției tale cum te simți în momentul de față. Stai. Așteaptă o clipă înainte să începi. Jane, aș vrea să asculți cât mai neutru cu putință ce are Trent să-ți spună."

Amândoi au dat din cap în sensul că au înțeles instrucțiunile, numai că le era greu să le urmeze.

„E limpede de data aceasta?" i-a întrebat din nou Gay, pentru a se asigura că nu vor eșua la fel de dezastruos ca data trecută, când lucrurile au scăpat de sub control.

„Sunt foarte furios", a început Trent pe un ton măsurat.

„Uită-te la Jane în timp ce-i vorbești", l-a atenționat Gay.

„Am spus că sunt foarte, foarte furios." De data aceasta el a ridicat puțin vocea.

„Bine, Trent. Acum e rândul tău, Jane."

„E în regulă. Am auzit asta. Am auzit că ești furios." înainte ca Gay să poată să intervină, Trent a sărit nervos. „La naiba, ai dreptate, sigur că sunt furios. Și tu știi al nai

bii de bine că am tot dreptul să fiu așa!"

Hendricks ne-a explicat că din experiența pe care o avea știa că, după câteva runde ca acestea, oamenii se înmoaie, nu mai simt atât de sensibili și devin mult mai înțelegători. El era sigur că Trent va ajunge într-un punct în care va recunoaște că

se teme să nu-și piardă soția și că se simte profund rănit — oricum, va face altceva decât să se lase în continuare pradă furiei. Dar în acest caz, nu s-a întâmplat nimic din toate acestea. Nu s-a întâmplat nici o minune. Nici o catharsis. Nici o schimbare de situație. Pe măsură ce trecea timpul, Trent nu făcea decât să devină din ce în ce mai furios. Apoi el și-a îndreptat mânia împotriva terapeuților.

Mi-e frică de tine

„Vrei să spui", i-a zis Trent lui Hendricks pe un ton amenințător, „că deși am bătut atâta drum până aici și am cheltuit al dracului de mulți bani asta e tot ce puteți să faceți pentru noi?"

„Liniștește-te", a încercat Hendricks să-l calmeze.

„Nu-mi spune mie să mă liniștesc! Nu eu sunt acela care și-a făcut de cap în spatele altcuiva. Și de ce naiba îi ții mereu partea?" Spunând aceasta, el a arătat-o cu degetul pe soția lui așa cum fac martorii la proces ca să identifice făptașii pentru cei din juriu.

„Noi nu ţinem partea nimănui. Nu facem decât să vă ajutăm pe fiecare dintre voi să vă spuneţi punctul de vedere. Vă ajutăm să vă ascultaţi reciproc."

Trent şi-a încrucişat braţele şi s-a încruntat. Hendricks şi-a dat seama că pacientul lui era pe punctul de a o zbughi din cameră.

Gay şi Kathlyn erau acum siguri că exerciţiul de ascultare activă eşuase complet. De fiecare dată când încercau să aplice o procedură uşor diferită pentru a aduce lucrurile la un nivel mai profund, se loveau de rezistenţa celor doi ca de un zid de piatră.

— Unul dintre principiile filosofiei noastre, pentru care suntem cunoscuţi, este că noi le cerem oamenilor să-şi asume responsabilitatea totală pentru ceea ce li se întâmplă în viaţa lor. Chiar dacă uneori pare că ar fi vina altcuiva, noi insistăm ca ei să-şi asume în întregime responsabilitatea.

Gay şi Kathlyn s-au uitat unul la celălalt făcându-şi un semn discret cum îl pot avea numai terapeuţii care lucrează şi trăiesc împreună de foarte mult timp. Kathlyn a pus la bătaie următoarea intervenţie, calmându-1 pe Trent şi îndemnând-o pe Jane să-şi continue eforturile. Apoi i-a dat lui Gay semnalul să înceapă.

„Tocmai mă întrebam ceva", i s-a adresat Hendricks lui Trent.

„Despre ce este vorba?" a spus el suspicios. Avea în continuare aceeaşi atitudine, cu braţele încrucişate la piept, refuzând să se uite la oricare dintre cei prezenţi.

„Mă întrebam: De ce crezi că a fost absolut necesar să dai naştere unui asemenea eveniment în viaţa ta?"

Pe obrajii şi fruntea lui Trent au început să apară pete trandafirii. încheieturile degetelor de la mâna dreaptă, cea care se afla încrucişată pe piept peste cealaltă mână, s-au albit. Arăta de parcă era gata să explodeze.

„Cum îndrăzneşti să-mi vorbeşti în felul acesta? Vrei să spui că eu am făcut-o pe Jane să aibă aventura asta? Vrei să spui că eu am făcut-o să se ducă şi să agaţe cine ştie ce individ..."

„Dar nu a fost aşa", a protestat Jane. „Şi tu ştii. Nu am..."

„Nu ai decât să spui asta cui îi pasă", a mormăit Trent fără să se uite la ea. Era iarăşi foarte supărat.

„Vedeţi?" a spus Jane, bucuroasă că reuşise să pună în evidenţă câteva lucruri. „Aşa face şi acasă. Mă sperie."

Hendricks a fost nevoit să admită că Trent era înfricoşător în acele momente. Dar a refuzat să dea înapoi,

„Vezi", i s-a adresat Hendricks cu o voce afectată, „dacă te porţi în felul ăsta, ridicând vocea şi luând o atitudine ameninţătoare, mă sperii. Simt cum îmi înţepeneşte gâtul şi mi se strânge stomacul iar inima începe să bată mai repede. în momentul ăsta chiar că îmi este frică de tine."

Imediat după asta, Trent a început să dea înapoi. A început să se înmoaie.

— Nu cred că i-a mai vorbit cineva în felul ăsta până la mine, ne spuse Hendricks. Jane reacţiona fie luând-o la fugă,

fie începând să ţipe şi ea; nici una din aceste strategii nu servise la ceva. Faptul că am fost în stare să mă uit calm în ochii lui şi să-i spun că îmi este frică a fost luat de el drept un exemplu al modului în care o altă persoană la fel de puternică ca şi el poate să devină vulnerabilă. Şi cred că acesta a fost un exemplu bun pentru că după aceea atitudinea lui s-a schimbat.

Trent stătea pur şi simplu fără să spună o vorbă, încercând să asimileze cele spuse de Hendricks. Respiraţia i s-a domolit. încheieturile degetelor şi obrajii şi-au revenit la culoarea lor naturală. Timp de zece minute s-a lăsat o linişte absolută. Apoi Jane a gângurit.

— Ştii, nu s-a întâmplat la fel şi cu prima ta soţie?

Nevestele lui au avut relaţii cu alti bărbaţi

, r r

Gay şi Kathlyn au fost şocaţi de această nouă informaţie. Una e când un lucru se întâmplă o dată, dar atunci când se repetă trebuie că există un pattem în acest sens.

„Ce vrei să spui?" a întrebat Trent, ştiind de fapt la ce se referea soţia lui.

„Exact ce am spus. Acelaşi lucru s-a întâmplat şi cu Michelle, prima ta soţie, dacă mă gândesc mai bine. Până acum nu am făcut legătura asta."

După momentul acesta şedinţa a luat o turnură nouă.

„Mda", a recunoscut Trent. „Cred că aşa e. Dar ce are de-a face asta cu situaţia de faţă?"

„Ei bine, tu ar trebui să ne spui", l-a invitat Kathlyn pe Trent.

„Eu... eu nu ştiu. Chiar că nu ştiu."

Chiar dacă acest lucru era adevărat sau nu, Hendricks s-a hotărât să-l ajute. Trent arăta de parcă ar fi fost luat Ia pumni.

„Trent, Jane vrea să spună că atunci când în două căsnicii diferite se întâmplă lucruri similare, cel mai bine este să încerci să-ţi dai seama ce ar putea să însemne asta. De unde vine un asemenea pattern?"

„De unde să ştiu eu?" a spus Trent cuprins din nou de furie — oboseala îl împiedica însă să-i mai dea amploarea obişnuită.

Toţi ceilalţi nu au făcut decât să aştepte.

„Stai puţin. Vrei să spui că este vina mea? Nu eu sunt cel care a avut o aventură. Nu eu sunt acela care a trădat această căsnicie. Nu eu sunt cel care..."

„Am înţeles, Trent. Nu-ţi face griji în privinţa asta", a spus Hendricks. „Dar hai să ne întoarcem la ceea ce spunea Jane. Michelle, fosta ta soţie, a avut şi ea o aventură? Dacă nu mă înşel, avem de-a face cu două relaţii, la distanţă de paisprezece ani, şi cu toate acestea, acelaşi lucru s-a întâmplat cu ambele. Interesant, nu?"

Trent s-a mulţumit să dea din umeri. Dar ei erau siguri că se gândea la acelaşi lucru ca şi ei.

„Uite", a continuat Hendricks, „dă-mi voie să te întreb altceva. Ai cunoscut vreodată pe cineva căruia să i se fi întâmplat ceva de genul acesta?"

în felul acesta ei au aflat că Trent făcea parte dintr-o familie numeroasă, cu opt copii. Când era foarte mic, mama lui a fugit cu un alt bărbat. Drept urmare, a fost nevoit să crească în compania unui tată înveninat şi singur care se plângea tot timpul că femeile sunt necredincioase şi te părăsesc când te aştepţi mai puţin, fără măcar să se mai uite în urmă.

— De atunci, în familia lor nu a mai apărut nici o femeie de treabă, a explicat Hendricks.

Era foarte impresionat de claritatea cu care această temă se reprodusese pe parcursul mai multor generaţii fără măcar ca protagoniştii ei să-şi dea seama de ea. Ei trăiau un scenariu care fusese scris pentru ei de către alţii.

— Acest lucru era absolut uluitor, a spus Hendricks. Face parte din categoria lucrurilor despre care am crezut mereu că au o influenţă puternică asupra noastră, dar până atunci nu-1 mai întâlnisem niciodată în viaţa reală. Am constatat cu această ocazie cât de constrângător poate să devină modelul după care am fost crescuţi de mici. Este precum apa pentru peşte. După un timp, îi ceri peştelui să-ţi explice cum este cu apa, iar

el îți spune „Care apă ?" Acesta a fost exact genul de răspuns pe care Trent ni l-a oferit.

Deși, mai întotdeauna, înțelegerea și aprofundarea unei situații nu atrag după sine schimbări majore, în cazul de față, după ce Trent a realizat pattern-ul după care trăia, totul în jurul lui a părut că se schimbă. El nu se mai simțea învinovățit; se simțea ca pus în fața unei situații în care nu avusese de ales.

„Nu e de mirare că nu am putut să te iert", i-a spus el îndurerat soției.

Pentru prima dată după cele două zile pe care le petrecuseră împreună, el trăia un sentiment nou, altul decât furia obișnuită.

Această poveste, ca și cealaltă pe care Hendricks ne-a împărtășit-o, a avut un final fericit. Descoperirea pe care au fă-cut-o le-a permis celor doi soți să examineze mai îndeaproape pattern-unle lor și să încerce să le schimbe în așa fel încât să fie mult mai conforme cu modul în care doreau să-și trăiască viața. Câțiva ani mai târziu când s-a interesat de ei, Hendricks a aflat că reușiseră să se înțeleagă mult mai bine. Trent nu-și mai urmărea soția să vadă dacă nu cumva îl înșală, iar Jane nu mai era terifiată de furia lui.

Capitolul douăzeci și unu

Howard Kirschenbaum

Clientul care voia ca terapeutul lui să fie altcineva

oward Kirschenbaum a devenit faimos în urma îndeplinirii a două misiuni extrem de diferite dar egale ca importanţă. La începutul carierei sale, Kirschenbaum era cunoscut în principal ca biograful lui Carl Rogers, renumitul fondator al psihologiei umaniste. în cartea sa, On Becoming Carl Rogers (Despre Carl Rogers), Kirschenbaum povesteşte despre viaţa şi munca lui Rogers şi despre cum s-au influenţat ele reciproc. Mai târziu el a editat împreună cu alţii The Carl Rogers Reader (Antologia Carl Rogers) şi Carls Rogers: Dialogue (Carl Rogers: Dialoguri).

De drept, Kirschenbaum este. liderul mişcării de clarificare a valorilor în consiliere şi educaţie. Best-seller-ul Values Clarification: A Handbook of Practical Strategies for Teachers and Students (Clarificarea valorilor: Un ghid al strategiilor practice pentru profesori şi studenţi), semnat de Simon, Home şi Kirschenbaum, a fost considerat de generaţii întregi de educatori ca sursa primară de informare despre realizarea valorilor. Această carte a fost urmată de multe altele, cum ar fi: Advanced Value Clarification (Ghidul avansat al clarificării valorilor), One Hundred Ways to Enhance Values and Morality in Schools and Youths Setiings (O sută de modalităţi de a promova valorile şi moralitatea în şcoli şi în rândul tinerilor), şi Wad — Ya Get? The Grading Game in American Education (Te-ai prins? Jocul sortării în educaţia americană).

Kirschenbaum este. şeful departamentului de consiliere şi dezvoltare de la Warner Graduate School of Education, Universitatea Rochester.

X-

* X-

Aflând că Howard Kirschenbaum s-a ocupat de biografia lui Carl Rogers, Billy s-a decis să-l caute pentru a-i cere să-l primească la terapie. Vreme de mai mulţi ani el fusese un fan al terapiei centrate pe pacient, reuşind să intre la mulţi dintre cei mai importanţi practicanţi ai abordării umaniste. Această metodă foloseşte tehnica ascultării empatice şi a stabilirii unei relaţii autentice cu pacientul pentru ca acesta să ajungă la un nivel mult mai profund al înţelegerii de sine. El citise cartea lui Kirschenbaum „Despre Carl Rogers" şi se hotărâse să-l testeze pe acest presupus expert în terapia centrată pe client.

Clientul îşi prescrie singur tratamentul

— După câte am înţeles eşti un expert în Rogers, a început Billy conversaţia din biroul lui Kirschenbaum de la universitate,

— Mda, am avut şansa să lucrez cu el câţiva ani, a răspuns Howie cu modestie.

în realitate, nu mai cunosc pe nimeni care să fie mai recunoscut decât el ca fiind o autoritate în materie de Carl Rogers.

— Am citit biografia pe care ai scris-o, a continuat Billy, şi trebuie să admit că ai făcut o treabă serioasă.

— Mda, mulţumesc, a răspuns Kirschenbaum precaut. Acesta era un mod destul de aparte de a discuta despre o posibilă relaţie de consiliere. Aşadar, a spus Howie, cu ce pot să te ajut?

— Eu consider întâlnirea aceasta ca pe o bună oportunitate de a lămuri câteva probleme care mă preocupă. Simt că m-am blocat şi că viaţa mea nu se ridică la nivelul potenţialului de care dispun. Mi-ar plăcea să am o poziţie ca a ta. Cred că dacă aş reuşi să depăşesc unele probleme legate de trecutul meu, aş putea să fiu liber să merg mai departe. Şi, aşa cum am mai spus, mă interesează foarte mult opera lui Rogers. De-a lungul anilor, am lucrat cu câţiva

terapeuți faimoși ale căror nume cu siguranță că-ți spun ceva. Zicând acestea. Bill părea foarte mândru de sine, lucru care l-a făcut pe Kirschenbaum să aibă presimțiri rele.

— Se pare că acest lucru te preocupă în mod constant.

— Exact. Așadar, vei lucra cu mine?

Adevărul era că Howie nu avea clienți la acea dată fiind absorbit cu totul în munca academică. De fapt, nici nu avea un birou pentru practica privată. Cu toate acestea, Kirschenbaum era interesat să-și reia practica de clinică, așa că s-a decis să se ocupe de acest client nou și să facă tot ce-i stă în putință pentru a-l ajuta. Dar mai întâi, el a simțit nevoia să-i explice potențialului său client că nu este pe de-a-ntregul „roge-rian".

— Ei bine, da, sunt dispus să lucrez cu tine dar, înainte să trecem la treabă, trebuie să știi că de fapt eu nu practic în exclusivitate terapia centrată pe pacient. Folosesc o combinație de metode în funcție de ceea ce eu consider că este necesar.

— Hmmm, a spus Billy, manifestându-și dezacordul.

Poate pentru că nu a vrut să-și piardă unicul său client sau poate pentru că îi plăceau provocările, fapt este că Kirschenbaum a acceptat, și asta în ciuda presimțirilor sale, să lucreze cu Billy într-o manieră centrată pe pacient. La urma urmei, chiar dacă depășise această abordare trecând și la alte forme de consiliere, Kirschenbaum avea încă un respect imens pentru puterea ascultării empatice, ca instrument pentru a-i ajuta pe oameni să facă față problemelor lor nerezolvate. Se întreba însă dacă chiar trebuia să-l lase pe acest pacient să-și prescrie singur tratamentul, mai ales dacă aceasta însemna restric-ționarea intervențiilor sale referitoare la ascultarea reflectivă și atingerea unui nivel avansat de empatie. Cu siguranță că

acestea erau metode puternice, dar aveau ele să se dovedească suficiente?

Prima ședință

r !

Kirschenbaum a aranjat să folosească unul dintre birourile unui prieten terapeut care dispunea de mai mult spațiu. Locația era de-a dreptul spectaculoasă. Era vorba de o casă construită în stil victorian și care avea toate dotările necesare. Imediat ce clientul său a terminat de completat un formular de consimțământ, ei au început prima ședință.

După ce au discutat ceva timp despre istoria lui personală și despre proiectele lui, a devenit evident că Bill era fără doar și poate un client rogerian foarte bine pregătit și cooperant. într-un timp record, el i-a descris lui Kirschenbaum problemele pe care le avea și a răspuns cu promptitudine la îndemnurile și reflecțiile acestuia.

— Mă simt de parcă aș fi într-o cutie. Nu pot să mă mișc nici înainte, nici înapoi.

— E ca și cum ai fi într-o închisoare, un loc din care nu poți ieși.

— Exact! Părinții mei nu m-au ajutat prea mult. Toată viața a trebuit să suport atacurile lor. Erau niște sadici.

— Mult timp te-ai simțit singur, neavând cu cine să împărți greutățile.

Billy a plâns un timp în tăcere, după care și-a șters lacrimile și s-a uitat la terapeut.

— Se pare că tu mă înțelegi foarte bine deși abia ne-am cunoscut. Ma ajuți într-un mod în care părinții mei nu au făcut-o niciodată.

Spunând aceasta, Billy a zâmbit, iar Kirschenbaum nu a putut decât să se simtă mulțumit văzând că lucrurile mergeau bine. El observase în repetate rânduri că oamenii își exprimă mult mai ușor sentimentele și conflictele interioare atunci când se simt înțeleși și acceptați. Reacțiile lui Billy erau o dovadă în plus a acestui fapt.

— Pari mai împăcat acum, a continuat Howie să reflecteze, te simți mai liber, mai ușor.

— E adevărat, mă simt cumva mai liber. Dar acest lucru mă sperie totodată.

— Ești speriat de responsabilitatea care vine o dată cu această eliberare.

— Mă simt ca și cum m-aș dizolva. Dar e bine. Spiritul de apărare este cel care se dizolvă.

— Apărările tale sunt cele care se dizolvă, a clarificat Kirschenbaum.

— Da! Când mă simt liber ca acum pot să spun orice vreau. De exemplu, aș putea să spun „Te urăsc, Howie!" A început apoi să râdă nervos. Kirschenbaum a zâmbit în semn de înțelegere și acceptare. Billy a continuat: Simt că am redevenit eu însumi. Mulțumesc. Mulțumesc pentru că m-ai ajutat în felul acesta.

Petrecuseră mai puțin de o oră împreună, dar se aflau deja destul de departe. Lui Howie îi plăcea acest tip de legătură profundă care rezultase în urma practicării consilierii centrate pe pacient, într-o manieră pe care nu o mai abordase de ani de zile.

Ședințele doi si trei

1 t z

— Cu părinții mei am fost sortit uitării. Mă simt de parcă aș fi fost rupt pe dinăuntru. îmi este teamă că am să mă simt mereu închis în cușca asta și am să trec prin viață fără să mai fiu vreodată în stare să fiu eu însumi. E ca și cum un par imens ar fi fost trecut prin mine, țintuindu-mă la pământ și lăsându-mă fără putere. Sunt furios pentru că am fost tratat în felul ăsta. Dar furia mea e undeva adânc în mine, nu iese la suprafață.

Kirschenbaum nu mai întâlnise până atunci un client care să stăpânească atât de bine limbajul sentimentelor. Și niciodată nu se simțise în stare să intre în lumea clienților săi cu atâta compasiune și înțelegere. Billy a continuat, descriind în amănunt profunzimea durerii sale și a resentimentelor pe care

le nutrea față de părinții lui. Apoi, el și-a întors mânia împotriva terapeutului.

— Vă urăsc pe voi, nenorociții ăștia de experți. Dacă aș fi putut să am o singură conversație decentă cu oameni ca tine care se cred importanți, poate aș fi reușit să ajung cineva. Aș fi putut face și simți lucruri.

Nevrând să muște momeala, Kirschenbaum și-a păstrat în continuare rolul pe care și-l asumase de persoană înțelegătoare și de sprijin.

— Ești furios pe oameni atunci când simți că ești ținut sub control și că nu poți să faci nimic.

— Părinții mei m-au făcut să mă simt așa, a spus Billy ri-dicându-și vocea. Și voi, experții nenorociți ce sunteți, încercați să faceți același lucru. Mă țineți imobilizat.

Kirschenbaum a dat din cap, încurajându-1 să continue.

— Dar când spun „Du-te naibii!" unei autorități, simt că persoana care are putere asupra mea dispare.

— Acum tu simți acest lucru în legătură cu mine. Puterea pe care o am asupra ta se reduce.

— Da, și asta îmi dă speranțe.

— Eu sper ca într-o zi, așa cum ai spus, să fii în stare să ieși din cutia ta, din închisoarea ta, și să faci mai multe lucruri pentru tine.

Kirschenbaum a aflat că, deși era o persoană inteligentă, Billy avea un serviciu foarte modest. El susținea că nu

avea destulă încredere în el pentru a căuta ceva mai bun. Era plin de invidie la adresa celor realizaţi profesional, oameni precum terapeuţii, care ajunseseră ce şi-au dorit.

Către sfârşitul acestei întâlniri, Howie şi-a dat seama că îi place Billy. Se simţea legat de el. Aprecia sinceritatea de care acesta dădea dovadă străduindu-se să lucreze cu el însuşi. Şi, de asemenea, era mulţumit de felul în care merseseră lucrurile până atunci. Desigur, recunoştea el, nu făcea decât să-şi joace rolul pe care îl acceptase de la început, rezumându-se la a se centra numai pe răspunsurile clientului. Dar era un rol pe care putea să-l joace sincer şi, pentru că dădea rezultate, nu avea nici un rost să schimbe planul.

La a treia şedinţă, Billy a continuat să vorbească despre resentimentele pe care le nutrea la adresa experţilor şi a persoanelor autoritare, iar Kirschenbaum, la rândul lui, a continuat să dezvăluie sentimentele mai profunde care se aflau în spatele acestor relatări. El a făcut tot posibilul pentru a-1 încredinţa pe Billy că urmăreşte cu mare atenţie şi înţelege tot ceea ce acesta îi spune.

— Acesta este un lucru foarte bun, a spus Billy recunoscător. Mă simt mult mai real. Tu îmi validezi experienţele şi sentimentele, iar acest lucru mă face să mă simt mult mai aproape de ceea ce sunt eu cu adevărat. Eu văd că ţie chiar îţi pasă şi nu cred că greşesc în această apreciere. Mă simt mai puternic din cauza asta.

— Te simţi mult mai puternic, mult mai real. Crezi că mie chiar îmi pasă de tine iar asta te face să te simţi mai puternic.

— Da, dar în acelaşi timp mă face să mă simt dependent. Aşa că te urăsc pentru că ai ajuns din nou să mă domini şi să mă faci să mă simt obligat să fac ceea ce trebuie, ceea ce se aşteaptă de la mine în astfel de situaţii.

La sfârşitul şedinţei, Kirschenbaum, a ajuns la concluzia că atinseseră nişte probleme foarte profunde. De asemenea, el a constatat că se produceau nişte transferuri puternice. Billy spusese destul de clar că se simţea foarte apropiat de terapeut şi că detesta această apropiere care de altfel îl înspăimânta. Kirschenbaum a reflectat la acest lucru asigurându-l că îl înţelege foarte bine. El era încântat de felul în care mergeau şedinţele. Se gândea chiar, amuzat de aroganţa lui, că Rogers însuşi nu ar fi putut să fie mai empatic şi mai aprobator decât el.

Şedinţa a patra

— Ar fi foarte bine dacă nu ai folosi atât de multe cuvinte când reformulezi sentimentele mele.

— Nu cred că înţeleg ce vrei să spui, a răspuns Howie. Tocmai erau în mijlocul unei discuţii despre modul în care

Billy fusese oprimat de părinţii lui şi despre ceea ce simţea în

legătură cu acest lucru, când acesta a început brusc să critice tehnica terapeutului lui.

— Ar merge mult mai bine dacă ai fi mult mai direct şi mai concis. Vreau să avem o relaţie mult mai simplă. Vreau să simt că mă înţelegi. Dar uneori cuvintele tale mă dezorientează.

Acum Billy începuse să direcţioneze şi mai tare comportamentul lui Kirschenbaum. îi dădea indicaţii exacte cu privire la modul în care el voia ca Howie să fie. Se pare că Billy construise un soi de imagine perfectă a terapeutului şi încerca să-l modeleze pe Kirschenbaum după ea. Acesta a simţit nevoia să-i atragă atenţia lui Billy asupra acestui lucru şi să-l facă delicat să se confrunte cu ceea ce făcea. Dar în felul acesta s-ar fi abătut de la terapia „centrată pe pacient". Howie şi-a dat seama că era prea târziu să modifice acordul tacit cu pacientul său.

— Acesta este şi scopul meu, a spus Kirschenbaum, să te înţeleg şi să te ajut ca, la rândul tău, să te înţelegi mai bine pe tine însuţi.

— Asta e bine, a răspuns Billy.

— Bine?

— Da, este bine că tu nu mă ataci. Am fost întotdeauna atacat pentru că am criticat sau am pus sub semnul întrebării autoritatea.

Era acesta un test? s-a gândit Kirschenbaum. Apoi a început să nu se mai simtă atât de încrezător în reflecțiile lui. Probabil că ar trebui să ia aminte la feedback-ul clientului lui și să-și scurteze răspunsurile dacă acest lucru îl ajuta mai mult. Astfel, el a încercat să facă tot posibilul să țină pasul cu Billy.

— Simt că pereții de gheață între care eram prins au început să se topească puțin câte puțin, a recunoscut Billy.

în timp ce spunea acestea, se tot foia în scaun, neputând să îndure ceea ce simțea. Apoi au început să-i curgă lacrimile.

Kirschenbaum s-a aplecat către el, în semn de simpatie. Voia să întindă mâna și să-l atingă pe Billy pentru a-i alina durerea, dar a simțit că gestul lui nu va fi primit bine. De fapt, chiar și această mișcare simplă a provocat o reacție puternică.

— Ai putea, te rog, să te dai înapoi? a cerut Billy. Dă-te înapoi!

Kirschenbaum a fost șocat de această reacție bruscă. Din-tr-o dată Billy a început să respire greu și să se înroșească la față.

— Acum nu mă simt în siguranță cu tine.

— Nu te simți în siguranță? a repetat Kirschenbaum, vizibil încurcat de această întorsătură neașteptată.

Cu un minut înainte erau pe punctul de a face progrese, iar acum Billy arăta de parcă fusese atacat. Și asta doar pentru că Kirschenbaum se aplecase cu câțiva centimetri în direcția lui. In continuare, el a rămas totuși empatie, încercând să fie cât mai concis în reflecțiile lui, iar lucrul acesta se pare că l-a ajutat pe Billy să se relaxeze și să-și exploreze din nou sentimentele.

La sfârșitul ședinței, Billy a remarcat:

— Simt că peretele începe din nou să se topească.

Ședința a cincea

/ r

Kirschenbaum și-a dat acum seama cât de mult greșise când acceptase ca la terapie să fie clona lui Carl Rogers și nu el însuși. Era blocat în încercarea de a se ridica la nivelul unei imagini, al unei icoane pe care nu era cu putință să o ajungă niciodată. Dacă ar fi încercat să se poarte mult mai natural, și-ar fi înfruntat clientul sau l-ar fi invitat să accepte și alte metode. Din păcate, contractul cu care fusese de acord nu-i permitea să acționeze altfel decât un „rogerian". De fapt, Billy spusese foarte clar că el fusese la cei mai buni terapeuți centrați pe client pe care i-a putut găsi, așa că Kirschenbaum trebuia să facă bine să se dovedească cel puțin la fel de bun ca aceștia. Știa că nu are altceva de făcut decât să urmeze planul cu care fuseseră de acord. Când Billy s-a întors, a continuat să critice intervențiile pe care terapeutul lui le-a avut de-a lungul ședinței. Lui Kirschenbaum, asta îi aducea aminte de procesul de supervizare a consilierii, dar cu siguranță că nici un supervizor competent nu putea să fie atât de aspru precum era clientul său.

— E adevărat că îmi reflectezi sentimentele, l-a cicălit Billy, dar nu am sentimentul că ție îți pasă de mine cu adevărat. Mi-e teamă că nu mă înțelegi prea bine.

Din nou, Howie a fost luat prin surprindere de turnura pe care o luaseră lucrurile. La ședințele anterioare se părea că făcuseră o treabă destul de bună. Relația lor fusese solidă. Descoperiseră o mulțime de lucruri bune. Billy spusese în repetate rânduri că Kirschenbaum îl ajută foarte mult și că simțea că este pe mâini bune. Iar acum făcea tot posibilul să rupă legăturile care se creaseră între ei.

Și din nou Kirschenbaum a regretat târgul pe care-1 încheiase și care îl priva de multe din opțiunile sale terapeutice. „Asta nu sunt eu", și-a spus în sinea lui. „Mă simt la fel ca și el, de parcă aș fi într-o cutie, diferența este că eu sunt obligat să joc un rol. Nu e deloc rezonabil ce se întâmplă. El vrea un terapeut centrat pe client, dar mai presus de toate, o asemenea persoană trebuie să fie ea însăși, reală și autentică, în această relație. Trebuie să fac ce cred eu că este corect în situația de față."

Kirschenbaum s-a uitat la clientul său.

— Apreciez ce spui tu, dar nu cred că asta va duce la o relație mult mai empatică. Eu cred că tu ai așteptări nerealiste pe care nici eu — și nici altcineva — nu e cu putință să le împlinească.

Kirschenbaum a crezut că această încercare a lui de a face ca situația să fie mult mai autentică, de a se confrunta cu Billy, va schimba lucrurile în bine, dar a fost dezamăgit în așteptările lui. Billy s-a simțit atacat pentru că avea așteptări nerealiste și pretenții excesive pe care nimeni nu putea să le satisfacă.

— Acum chiar că nu mă mai simt în siguranță cu tine, a spus Billy, dându-se cu scaunul mai în spate. In loc să fi acceptat ceea ce ți-am spus, ai ales defensiva. Nu pot să mai am încredere în tine.

Kirschenbaum a avut însă destulă prezență de spirit (și de suflet) ca să-și dea seama ce se petrecea. în nici un caz nu se afla în defensivă. Dar a realizat de asemenea că orice ar fi fă-cut sau ar fi spus în continuare, nu ar fi reușit decât să înrăutățească și mai mult situația. Dacă continua să fie autentic și direct, Billy ar fi luat acest lucru drept o atitudine defensivă, necentrată pe pacient și o violare a încrederii. Dacă s-ar fi întors însă la răspunsurile empatice, ar fi fost criticat în continuare pentru că nu reușea să fie destul de empatie și de atent. La un moment dat s-a gândit să-i spună aceste lucruri lui Billy, dar în cele din urmă a rămas fidel scenariului inițial, refor-mulând ceea ce înțelegea. Nu a fost de ajuns.

— îmi pare rău, a spus Billy dând din cap dezaprobator, dar asta nu o să meargă. Mă simt foarte, foarte inconfortabil cu tine. Așa cum ți-am mai spus, nu mă simt în siguranță. Simt nevoia să mă opresc aici.

— Prin urmare, spui că nu vrei să continuăm ședința de consiliere. Și consideri asta drept o renunțare?

— Da, exact asta am spus. Chiar că simt nevoia să mă opresc aici. Mă simt claustrofobic, așa că trebuie să plec de îndată!

— îmi pare sincer rău că lucrurile nu au mers bine. Și bineînțeles, am toată înțelegerea pentru nevoia ta de a te retrage-

Cu aceasta, Billy s-a ridicat să plece. Kirschenbaum i-a spus să-l sune în caz că vrea să se programeze pentru o altă ședință, după care au părăsit împreună biroul.

înapoi la închisoare

Biroul se afla în partea de sus a clădirii. Nu mai era nimeni la acea oră deoarece prietenul terapeut al lui Kirschenbaum era plecat din oraș. în timp ce coborau scările, îndreptându-se către ieșire, Billy a evitat să se uite la Howie sau să scoată vreo vorbă.

Când au ajuns la ușa de la intrare, Kirschenbaum a accesat codul instalației de securitate pentru a dezactiva alarma. Din nu se știe ce motive, de fiecare dată când apăsa pe taste semnalul arăta că alarma era încă activată.

— Ce se întâmplă? a spus Billy cuprins de panică. E ceva în neregulă? Ți-am spus că trebuie să plec. Trebuie să plec în momentul acesta!

Kirschenbaum încerca să-și aducă aminte care era codul corect. Inversase numerele? Poate că nu apăsase suficient de tare pe taste. A format din nou codul. Același rezultat. Lumina roșie indica faptul că alarma era încă activată. Dacă ar fi încercat să deschidă ușa, alarma ar fi trezit întregul cartier. In plus, ce ar fi putut să spună poliției? Că era

un prieten care în-chiriase casa? (Exact de asta avea nevoie Billy — o excursie la o închisoare adevărată.) Și de ce naiba nu mergea codul?

— Ți-am spus doar, a auzit vag Kirschenbaum în timp ce încerca să se concentreze, ți-am spus că trebuie să plec naibii de aici. Și asta imediat!

Exasperat, Howie și-a dat seama că au rămas blocați în casă.

— Uite ce e, a încercat el să spună cu o voce cât mai liniștitoare, sper că ai simțul umorului pentru că, nu o să-ți vină să crezi, dar am rămas închiși aici.

— Nu găsesc nimic amuzant în asta, a spus Billy cu răceală.

— Să-ți spun drept, știam că nu o să te amuze, a spus Kirschenbaum încercând să schițeze un zâmbet cât mai optimist cu putință. Totuși trebuie să sunăm să cerem ajutor pentru că nu o să putem să ieșim de aici până nu vine cineva să dezactiveze alarma.

Deși era aproape sigur că nu aveau nici o șansă să găsească o altă ieșire din casă, Howie l-a luat pe clientul său să exploreze împreună casa, gândindu-se că-i va distrage astfel atenția. De fapt, el știa că nu avea cum să scape de acolo până la venirea fiicei prietenului lui. Prin urmare, ei au rămas închiși în casă mai bine de o oră. Tot timpul acesta Billy nu a făcut altceva decât să bombăne nemulțumit, susținând că aceasta era cea mai neagră experiență din viața lui.

In final cei doi ce au fost eliberați. La puțin timp după aceea, dându-și seama că Billy nu avea de gând să-l mai contacteze, Kirschenbaum i-a trimis o scrisoare în care își expri-ma regretul că lucrurile nu au mers așa cum speraseră amândoi. El a trecut în revistă principalele probleme pe care ei le abordaseră, iar la sfârșit i-a urat succes în îndeplinirea planurilor lui de viitor. De asemenea, i-a returnat ultimul cec. O săptămână mai târziu, a primit următorul răspuns:

Dragă Howie,

îți mulțumesc pentru scrisoarea amabilă și încurajatoare pe care mi-ai trimis-o și pentru că mi-ai înapoiat cecul. Eu cred că tu ești empatic, dar nu am simțit acest lucru în reflecțiile tale (și nici în felul în care dirijai ceea ce reflectai). Oare pretind eu prea mult? Nu cred, pentru că au existat alți doi terapeuți care au reușit să se ridice la nivelul pretențiilor mele. Și crede-mă, nu spun asta ca să te fac să te simți prost. Tu ești un tip de treabă. Pornind de la experiențele pe care le-am avut în trecut, a fost înțelept din partea ta să te întrebi dacă nu cumva te consider doar un alt terapeut nedemn de încredere. Eu nu te văd așa. Pur și simplu, uitându-mă la tine, mi-am reamintit de felul în care era Rogers înainte de a intra în criza pe care ai descris-o în cartea ta. Pari blocat din punct de vedere emoțional și, așa cum a descoperit și Rogers, cred că genul de terapie pe care îl practici se va adânci și fără acest blocaj.
Mă bucur foarte mult că m-ai contactat și că mi-ai scris acele lucruri.

Cu sinceritate,

Al tău,

Shalom, Billy

Privind înapoi

Ar fi trebuit să se aștepte la așa ceva, a observat Kirschenbaum. Pentru el, cazul acesta a fost o dovadă grăitoare a faptului că, în relația cu clientul, terapeutul trebuie să fie și să rămână el însuși, refuzând să joace rolul vreunui alt personaj. Pur și simplu nu merge să pretinzi că ești altcineva sau să fii tu însuți doar pe jumătate. De altfel una dintre regulile de bază

ale lui Cari Rogers este că terapeutul trebuie să fie în armonie cu el însuși. Kirschenbaum a fost prins într-o situație

în care, prin definiție, nu era în acord cu sentimentele sale din acel moment și nici cu propriile sale metode de abordare a terapiei. Chiar dacă și-a jucat rolul foarte bine, acest lucru nu a fost de ajuns. Nu a avut destul de multă încredere în el pentru a face, împreună cu clientul său, o înțelegere care să meargă atât pentru unul cât și pentru celălalt.

în mod cert, Billy avea o atitudine ambivalență față de necesitatea unor schimbări majore în viața lui. E adevărat că el spera să se producă o schimbare radicală, dar în același timp voia ca terapia să eșueze astfel încât să nu fie nevoit să-și asume sarcina dificilă de a învăța și de a se adapta la ceva nou. Ca mulți alți oameni, el se obișnuise cu situația lui nefericită și se adaptase la ea. Voia să fie diferit, dar îi era frică de consecințe în caz că reușea. Astfel că el a aranjat lucrurile de așa natură ca nici unul dintre terapeuții lui să nu se poată ridica vreodată ia nivelul așteptărilor lui și să nu reușească să-l întruchipeze perfect pe Carl Rogers.

Retrospectiv, a recunoscut Kirschenbaum, ar fi fost mult mai bine dacă și-ar fi dat seama de acest lucru încă de la început, în loc să intre în capcana în care a intrat. E păcat, pentru că acesta a fost unul dintre cele mai interesante cazuri pe care le-a avut.

Mireasa purta frac, iar mirele trenă

J

oel Bergman, una dintre figurile importante în dezvoltarea abordărilor succinte ale terapiei de familie, s-a dovedit în ultimii treizeci de ani deosebit de eficace în instruirea terapeuților. El este o persoană antrenantă și foarte glumeață. Totodată se remarcă printr-un stil de abordare foarte direct și provocator, care lasă să se întrevadă rădăcinile sale newyorkeze. Astfel, de fiecare dată el îșI întâmpină clienții cu întrebarea „De ce vă aflați aici?". După ce aceștia încep să explice care sunt problemele lor, Bergman continua să le adreseze această întrebare din nou și din nou, până când ei încep să înțeleagă că există numeroase modalități de a privi situația lor și de a concepe ceea ce nu este în regulă.

în cartea sa, devenită clasică, Fishing for Barracuda (Pescuind baracuda), Bergman definește manierele sistematice, strategice în care. terapeuții pot produce schimbări de durată în perioade relativ scurte. în ultimii zece ani, el s-a ocupat de realizarea unor înregistrări video destinate instruirii terapeuților și care ilustrează diferite modalități creative, evocatoare de a-i ajuta pe oameni.

Bergman este psiholog la o clinică privată din Manhattan.

Acest interviu s-a desfășurat într-o manieră oarecum diferită de celelalte din această carte. Optând pentru unul dintre cele mai memorabile cazuri din cariera sa, Bergman ne-a explicat că alegerea lui s-a datorat în bună măsură dialogului spiritual pe care l-a avut cu clientul său, drept care se va strădui să-l redea cât mai exact cu putință. Ca urmare, prima parte a acestui capitol este scrisă la persoana întâi.

Bergman a început descrierea acestui caz spunându-ne că, inițial, pacientul lui, James, fusese destul de neîncrezător în faptul că terapia l-ar putea ajuta. Dar era atât de lovit de panică încât la un moment dat s-a decis să-și face o programare la terapie. Bergman a început ședința cu întrebarea lui favorită: „De ce te afli aici și cum crezi că aș putea să te ajut?"

„Păi", a răspuns James, „mă aflu aici din mai multe motive. Ceea ce mă sperie cel mai mult este posibilitatea ca prietena mea să mă părăsească. Mi-e teamă că într-o zi ea o să vină acasă pe neașteptate și o să fie atât de dezgustată de ceea ce vede că mă va părăsi."

„Și ce o să vadă?" am întrebat, curios să aflu ce avea în minte.

„Mi-e rușine să-ți spun", a mormăit James coborându-și privirea. „Mi-e teamă că o să râzi."

„Nu râd decât dacă este vorba de ceva. foarte nostim."

„Păi nu este nostim deloc. De fapt, lucrul ăsta este mai degrabă dezgustător și nu-1 înțeleg." James și-a ridicat privirea și s-a uitat la mine sincer îndurerat, apoi a adăugat: „Dar nu pot să mă abțin."

„Pune-mă la încercare."

James a încuviințat din cap, știind că nu avea încotro.

„în dulapul din dormitorul meu, pe raftul de sus, țin ascunsă o cutie cu haine femeiești. Uneori, când prietena mea nu este acasă, mă îmbrac cu ele. Mă mâchiez, îmi dau cu parfum, îmi pun chiloți de femeie, sutien, bluză, fustă, pantofi cu toc, cercei — tot ce trebuie."

„Și după aceea ce faci?"

„îmi închipui că sunt o bucățică nostimă și mă fâțâi de colo-colo prin dormitor, admirându-mă în oglindă."

Am dat din cap fără nici o noimă și l-am îndemnat să continue.

„Vezi, problema este că pentru a mă excita și mai mult, merg până acolo încât mă leg strâns de un scaun."

Am încercat din răsputeri să mă abțin să nu zâmbesc. Aproape în fiecare zi am ocazia să aud povești absolut uimitoare, dar așa ceva nu mai auzisem până atunci. Bineînțeles că eram curios. încercam să-mi imaginez cum reușea James să se lege singur de scaun, și încă strâns.

„Ei bine", l-am îndemnat eu cu o mină sinceră, „și care este problema?"

James s-a uitat indignat la mine scuturând din cap. Se întreba dacă nu sunt cumva mai nebun decât el. Aproape că a strigat la mine:

„Cum care e problema? Dacă Jennie intră și mă găsește îmbrăcat în rochie și legat de scaun, o să creadă că sunt cine știe ce fel de pervers. Cu siguranță că mă va părăsi pentru totdeauna", a adăugat el pe un ton jalnic.

„Păi, am sugerat eu inocent, de ce nu încui ușa de la dormitor atunci când faci asta?"

James s-a uitat din nou la mine nemaiștiind ce să creadă. Văzând că eram serios, a decis să ia în considerare sugestia mea.

„Dar dacă fac asta", a obiectat, „atunci o să mă întrebe de ce e încuiată ușa de la dormitor."

„Ei bine, atunci", am glumit eu sarcastic, „de ce nu îi spui că ești prins pe moment și că în cel mai scurt timp o să fii al ei?"

Telefoanele de la mama

James se aștepta ca eu să reacționez în același fel în care se temea că ar face-o Jennie — cu respingere și dezgust. Comportamentul lui îmi stârnea mai degrabă indignarea decât dezgustul. Mă întrebam de unde provine această apucătură a lui.

O dată ce ana aflat mai multe despre copilăria lui James, am putut să-mi explic într-o oarecare măsură comportamentul lui. James era un violonist foarte dotat, de excepție aș putea spune. Cu ajutorul talentului său natural, al muncii asidue și al ambițioasei sale mame el ajunsese să îmbrățișeze o carieră muzicală deosebită.

„De când mă știu", mi-a explicat James, „am fost singura preocupare a mamei mele. Ea a vrut ca eu să ajung un mare violonist. în copilărie am fost trimis la cele mai bune școli de muzică. Mama mi-a cumpărat cele mai bune viori, a angajat cei mai buni profesori și a făcut tot posibilul pentru a-mi asigura o carieră muzicală. A fost nelipsită

de la concertele mele — chiar şi când am fost în turneu prin lume — şi a rămas cel mai mare fan al meu. A fost lângă mine de câte ori am avut nevoie de ea. M-a răsfăţat mereu cu haine scumpe, cadouri de ziua mea şi de Crăciun şi alte lucruri care credea ea că îmi vor face plăcere."

„Se pare că ai avut parte de o mamă nemaipomenită", am observat eu.

„Ei", a sărit imediat James, „nu a fost chiar atât de nemaipomenită. Când eram copil obişnuia să-mi vorbească despre problemele ei şi eu trebuia să o ascult ore întregi pentru că nimeni altcineva nu era dispus să o facă. Ea divorţase de tatăl meu când aveam cinci ani, iar de atunci nu mai contenea să se plângă de cât de rău se purtase cu ea. Am crezut tot ce îmi spunea ea până când am început să mă văd din nou cu tatăl meu. Aveam pe atunci vreo douăzeci şi cinci de ani."

Vorbind despre mama lui, James şi-a adus aminte de felul în care aceasta obişnuia să-i controleze fiecare aspect al vieţii lui.

„Mama avea obiceiul să intre brusc în dormitorul meu fără să bată la uşă. Când aveam zece ani, am pus o încuietoare la uşa mea. A fost atât de ofensată de acest lucru încât a scos-o imediat pretinzând că altfel nu va putea să intre la mine în caz de urgenţă. Hai să fim serioşi! Ce putea să i se întâmple unui băiat de zece ani? în fiecare seară îmi punea deoparte hainele pentru ziua următoare fiindcă voia să arăt într-un anumit fel.

Era nemulţumită de prietenii mei şi îi critica tot timpul, aşa încât la un moment dat m-am trezit singur şi izolat. Ani de zile nu ne-am avut decât imul pe celălalt." James a ezitat un moment după care a adăugat vizibil încurcat: „Trăiam mai degrabă ca soţ şi soţie decât ca mamă şi fiu."

„Când au început să se schimbe lucrurile?" l-am întrebat încercând să-l fac să spună mai multe despre această relaţie sufocantă cu mama lui.

„Lucrurile s-au schimbat după ce m-am mutat la New York ca să cânt în orchestră. Mama a devenit din ce în ce mai nemulţumită şi mai posesivă. Iar de şase luni încoace este de-a dreptul imposibilă. Acum trei luni, Jennie s-a mutat cu mine. Din momentul acela, mama mea s-a transformat în teroarea absolută. Mă îngrozesc de câte ori îmi spune că nu mai are pentru ce să trăiască. Mă sună de două-trei ori pe săptămână, uneori în toiul nopţii, plângându-se că este speriată şi că nu poate să doarmă. Dacă se întâmplă ca Jennie să ridice receptorul, mama închide imediat. Acum Jennie a început să creadă că am o altă relaţie."

La fel ca şi data trecută, i-am oferit o sugestie foarte directă:

„De ce nu-i spui să înceteze să te mai sune în toiul nopţii? Sau ai putea să-i sugerezi destul de discret că ar fi cazul să consulte un psihoterapeut."

„Face deja terapie şi ia Prozac."

„Bine", am încercat eu din nou, „dar ce-ar fi să-i spui totuşi că telefoanele astea te sperie?"

„Nu pot să fac asta! Ar fi o dovadă de cruzime şi egoism din partea mea. Sunt singura persoană căreia îi pasă de ea. Dacă îi întorc spatele acum, nu va mai avea pe nimeni. Mi-e teamă că dacă nu sunt lângă ea când are nevoie de mine, o să se sinucidă iar eu am să mă simt vinovat pentru tot restul vieţii."

„De ce nu ceri ajutor rudelor tale?" am avansat eu o altă sugestie.

Scopul terapiei mele nu consta atât în oferirea unor sfaturi cât mai degrabă în căutarea unei pârghii pentru a schimba acest nefericit pattern. întotdeauna m-am întrebat de ce nu aleg oamenii cea mai directă şi mai evidentă cale pentru a-şi rezolva problemele.

O recomandare neobişnuită

James a recunoscut că mama lui avea patru surori care locuiau chiar în acelaşi oraş, dar — şi asta nu era de mirare

— se certa tot timpul cu ele. Din când în când mama lui lua legătura cu una dintre ele, însă asta nu dura prea mult.

Am decis să mai încerc încă o dată.

„Atunci, James, data viitoare când mai primești telefoane de la mama ta în toiul nopții, cel mai bine ar fi să-i suni pe tatăl tău sau pe surorile ei și să le spui că ești îngrijorat, că-ți este teamă și că nu știi ce să faci."

„Nu pot să fac asta! Aș omorî-o dacă aș face una ca asta."

„Mda", mi-am spus în sinea mea, „dar dacă nu o faci o să te omoare ea pe tine."

La următoarea ședință, am aflat de la James că situația se înrăutățise și mai mult, iar el se simțea și mai disperat. Așa cum era de așteptat, refuzase să urmeze sfatul meu și să dea telefon mătușilor sau tatălui lui. Mama lui, simțind că fiul ei are de gând să încerce să o țină cumva la distanță, a împins lucrurile și mai mult, amenințând că se sinucide. Știam că trebuie să iau o măsură foarte radicală pentru a rupe acest ciclu care se intensifica din ce în ce mai mult, lucru care nu era benefic pentru nici unul dintre ei.

„James", i-am spus eu blând, „eu cred ca dacă o să dai telefon mătușilor sau tatălui tău după fiecare apel nocturn al mamei tale, în cele din urmă ea va înceta să te mai sperie. Pe de altă parte, eu înțeleg că dragostea și loialitatea față de mama ta te împiedică să faci asta. Nu ai decât două posibilități, fie să suni la mătuși sau la tatăl tău după fiecare telefon nocturn, fie să te duci să o vezi și să faci acel lucru la care te gândești de ani de zile."

„Vrei să spui, să mă culc cu mama mea?"

Ei bine, chiar la asta nu mă gândisem, dar am încercat să nu mă arăt surprins.

„Da, mi-ai spus cât de apropiați sunteți tu și cu mama ta. Din momentul în care părinții tăi au divorțat, tu și cu mama ta ați avut o relație «neobișnuit de intimă», după cum te-ai ex-

primat. Mi-ai mai spus cât de frumoasă și de atrăgătoare este mama ta, așa că poate este timpul să lași la o parte fanteziile și să te duci până la ea și să ofaci\"

Mă așteptam ca James să sară din scaun, așa cum de altfel aș face și eu dacă un terapeut mi-ar recomanda același lucru, dar, spre marea mea surprindere, am constatat că el a căzut pe gânduri, luând astfel în serios propunerea mea. Uitându-mă la el, mi-am adus aminte de Jack Benny, când un hoț i-a băgat pistolul în spate și i-a spus: „Banii sau viața!". După mai multe secunde, Benny i-a răspuns: „Mă gândesc... mă gândesc".

La două zile după ce i-am propus lui James această alegere hobsoniană, în urma unui telefon nocturn de la mama sa, James s-a decis să-i sune pe tatăl și pe mătușile lui. Bineînțeles, telefoanele ei terorizante au încetat dintr-o dată. De atunci, mama lui sună cel mai adesea duminica după-amiaza iar vocea ei este întotdeauna de un calm de-a dreptul miraculos.

De la mamă la iubită

James a început terapia pentru că se temea că-și va pierde prietena (ca urmare a repulsiei și abandonului acesteia) și mama (ca urmare a sinuciderii) și va ajunge să trăiască de unul singur. Una dintre problemele lui era că încercase să se separe de mama lui prin intermediul unui comportament compul-siv. Travestirea și, mult mai important, faptul că acest comportament era ținut în secret reprezentau mica oază a lui James în care acesta se simțea el însuși și pe care o delimitase încă din copilărie pentru a se feri să fie complet absorbit de o mamă exagerat de posesivă. Ei nu reușise să-și dezvolte niciodată o identitate proprie, o personalitate autentică, să fie el însuși, unic și diferit de mama lui.

Când James era mic, nu avea voie să-și aleagă singur jucăriile, hainele, prietenii și nici măcar mâncărurile favorite. Mama lui făcea totul în locul său, bineînțeles, în numele dragostei ce i-o purta. James a pus nevoia mamei lui de a simți că cineva are nevoie de ea mai presus de nevoia lui de autonomie, de libertate de alegere, de spațiu și de

intimitate. Rareori avea ocazia să-şi susţină punctul de vedere, motiv pentru care vocea lui nu s-a dezvoltat. Nu avea un tată sau nişte rude cărora să se plângă sau cu care să se înţeleagă fără ştirea mamei lui. Travestirea îl proteja de asemenea de temerile sale incestuoase, deoarece mama lui nu ar fi niciodată interesată sexual de cineva care poartă haine de femeie.

Fără o voce clară sau o identitate proprie, James a avut, aşa cum era de aşteptat, dificultăţi serioase după ce prietena lui s-a mutat la el. Pasivitatea sa, dependenţa şi teama de a fi abandonat, precum şi incapacitatea de a-şi controla emoţiile, frica de intruziune şi posesivitate care l-au terorizat de-a lungul copilăriei sale au reapărut o dată cu Jennie. El a început să se abandoneze lui Jennie, exact aşa cum făcuse cu mama lui. Dacă credeţi că acestea sunt simple speculaţii din partea mea, atunci poate ar trebui să aduc nişte dovezi mult mai clare în sprijinul acestei ipoteze: James a încetat să se mai travestească imediat ce s-a mutat din casa mamei lui dar a reînceput să facă acest lucru la o lună după ce Jennie a venit să locuiască cu el.

Acum, că reuşisem să punem capăt telefoanelor mamei lui, următorul pas era să lucrăm la relaţia lui cu Jennie. într-o zi l-am întrebat ce îl deranjează cel mai mult la prietena lui.

„Furia ei mă sperie", a mărturisit ruşinat James. „Jennie se înfurie când nu fac ceea ce vrea ea. Dacă eu vreau peşte cu pâine albă, iar ea crede că pâinea integrală este mai sănătoasă, trebuie să mănânc pâine integrală chiar dacă mi se face rău."

„Ce s-ar întâmpla dacă te-ai încăpăţâna să mănânci pâine albă?"

„Jennie ar deveni pisăloagă."

„Şi ce e atât de groaznic în asta?"

„Totul. în primul rând, nu-mi plac confruntările. în al doilea rând, când Jennie se enervează, nu-i trece aşa uşor, iar asta mă face să sufăr şi în cele din urmă sunt nevoit să fac ce vrea ea. în plus, mi-e teamă că dacă stă prea mult supărată o să mă părăsească."

„Dacă nu reuşeşti să te impui în privinţa unor lucruri mărunte cum ar fi pâinea albă, mă întreb ce vei face când vor apărea discuţii legate de carieră, bani, sex, copii?"

„Păi din cauza asta am venit aici. Vezi, eu sunt un tip foarte tolerant, aşa că nu mă deranjează dacă Jennie este mai încăpăţânată decât mine în privinţa unor lucruri. De cele mai multe ori, când avem discuţii în contradictoriu, eu sunt cel care cedează şi nu-i port pică pentru asta. Dar ea mă sperie atunci când nu obţine ce vrea." Pentru un moment, James a căzut pe gânduri, apoi a adăugat: „In multe privinţe, Jennie seamănă cu mama mea."

Deşi un psihanalist ar fi aplaudat în acest moment, ca terapeut strategic eram mult mai interesat să-l ajut pe James să schimbe pattem-ul decât numai să generez această înţelegere. L-am pus să se confrunte cu ideea că el nu se temea de fapt de furia lui Jennie ci de istericalele ei dramatice. Faptul că el ceda în favoarea ei de fiecare dată nu era decât un mod de a o „răsplăti" pentru comportamentul ei care se dovedea astfel un mijloc eficace de a obţine ceea ce voia.

James a explicat că de fapt nu era vorba că cedează în favoarea ei ci mai degrabă că îi respectă sentimentele. Dar adevărul era că se temea că dacă nu cedează ea îl va părăsi. Ne-am învârtit în jurul acestei probleme până când în cele din urmă el a recunoscut că i-ar plăcea ca uneori să poată să facă cum vrea el şi, de asemenea, să nu mai sufere atât de mult pentru faptul că face întotdeauna cum spune Jennie.

„Apoi, trebuie să-ţi susţii punctul de vedere", i-am spus eu precum un antrenor care îşi încurajează atletul. „Trebuie să-ţi păstrezi poziţia şi să negociezi. Exact ca la arbitrajul obligatoriu, când cele două părţi aflate în conflict sunt obligate să negocieze până când ajung la o înţelegere convenabilă pentru fiecare dintre ele."

Aşa cum era de aşteptat, în următoarele săptămâni, certurile lor s-au înteţit. James avea acum o atitudine mult mai fermă, pe care Jennie nu prea o aprecia. Acest lucru l-a speriat foarte mult pe James căruia îi era tot timpul teamă că Jennie îl va părăsi dacă nu va face cum vrea ea.

Mireasă şi mire

James m-a întrebat dacă ar putea să o aducă pe Jennie la una din şedinţe, pentru că certurile lor se înrăutăţiseră şi îi era teamă că în curând îl va părăsi. Am acceptat imediat, nerăbdător să lucrez cu amândoi, fie şi numai pentru o singură şedinţă.

Când Jennie a venit la birou, am constatat, fără surprindere, că era mult mai caldă şi mai prietenoasă decât spusese James. Am invitat-o să îmi spună versiunea ei cu privire la relaţia cu James şi care credea ea că este cea mai mare problemă a lor.

„El este prea pasiv", a spus Jennie. „Cedează prea uşor şi nu-mi spune ce vrea. Uneori îmi propun să aştept să aibă el iniţiativă. Şi apoi aştept şi aştept, până nu mai pot, iar în cele din urmă, disperată, îi sugerez eu ce să facă."

„Mă surprinde foarte mult să aud asta", am spus eu, hotă-rându-mă să fiu foarte direct pentru că nu aveam prea mult timp la dispoziţie. „James îmi spune că de cele mai multe ori te porţi autoritar şi că întotdeauna trebuie să facă aşa cum spui tu. El mai spune că atunci când nu obţii ceea ce vrei faci crize de isterie."

„Ştiu", a spus ea zâmbind. „Şi mie îmi spune acelaşi lucru. Dar nu sunt autoritară. De obicei, aştept până când James se decide să vină cu o idee. Când nu face acest lucru mă simt frustrată. Iar când nu pot să mai aştept, vin eu cu o propunere pentru că mi-e teamă că dacă-1 mai aştept o să ajungem să nu facem nimic. Reacţionez mai mult din disperare decât din alte motive. Nici nu vă închipuiţi câţi bani cheltuim pe biletele de avion, pentru că atunci când în sfârşit el se hotărăşte ce vrea, biletele sunt de două ori mai scumpe decât ar fi fost dacă le-am fi cumpărat cu două sau trei luni mai devreme."

„Dar ce părere ai despre furia ta?" a intervenit James. Eram mândru văzându-1 cum încearcă să-şi susţină punctul de vedere.

Jennie s-a întors către el pentru a-l înfrunta.

„Dacă sunt furioasă uneori este din cauza a ceea ce faci tu când eşti supărat pe mine. în loc să-mi spui că eşti nervos sau necăjit, te retragi în tine şi nu mai vorbeşti. Uneori nu mă bagi în seamă zile întregi. Atunci mă simt atât de singură şi de respinsă încât explodez. Ceea ce tu numeşti istericale sunt de fapt aceste izbucniri ale mele."

Am încheiat întâlnirea noastră, negociind o înţelegere prin care James a fost de acord să-şi spună mai des punctul de vedere, iar Jennie să-i spună mult mai explicit ceea ce simte. în esenţă, planul era ca cei doi să nu mai fugă unul de celălalt atunci când se simţeau răniţi.

Bineînţeles că relaţia lor s-a schimbat rapid, o dată ce James a început să vorbească mai mult iar Jennie a început să asculte. Câteva luni mai târziu, după ce s-a terminat terapia, James m-a sunat să-mi spună care mai era situaţia. Era foarte bucuros şi a ţinut să-mi spună că s-a căsătorit de curând cu Jennie. Cum era de aşteptat, mama lui refuzase să vină la nuntă. Şi au fost două ceremonii: una oficială la care Jennie a purtat rochie de mireasă iar James frac, şi una privată, organizată la ei în apartament şi la care mireasa a purtat fracul iar mirele rochia.

Reflectând asupra cazului

După ce Bergman ne-a spus această întâmplare, am fost foarte curioşi să aflăm ce anume făcea ca acest pacient să fie atât de memorabil pentru el. La urma urmei, travestirea era un lucru destul de obişnuit în New York, şi chiar şi acea variaţie incluzând legatul strâns de scaun.

— Cred că este vorba de faptul că amândoi eram muzicieni, a spus Bergman. Desigur, el era un artist talentat care cânta în orchestră, iar eu sunt un pianist care cântă jazz la nunţi şi la Bar-Mitzvah. Dar, într-un fel, am simţit că există o legătură muzicală între mine şi acest individ.

Bergman ne-a spus şi că îi place stilul direct şi concis al conversaţiei newyorkezilor. îi trezea imaginea a doi cântăreţi de jazz care se completează unul pe celălalt anticipând fiecare partitura celuilalt.

— în plus, a menționat Bergman, am simțit multă simpatie față de pasivitatea acestui individ. La rândul meu am fost un tip foarte pasiv și am avut, de asemenea, o mamă din cale afară de autoritară și agresivă, motiv pentru care, ani la rând, nu am reușit să am propriile mele opinii. Drept urmare, atunci când mă uitam la acest pacient mă vedeam cumva pe mine, așa cum eram cu ani în urmă. în felul acesta am devenit foarte interesat să-l învăț să-și susțină propriile opinii. Eram convins că lipsa lui de voce era principala cauză a neputinței de a se impune.

De asemenea, Bergman a fost interesat să lucreze cu acest pacient pentru că nu mai lucrase niciodată cu travestiți.

— Am preferat să abordez comportamentul lui într-un mod integrativ, evitând să-l iau drept o tulburare de identitate, caz în care s-ar fi dovedit foarte greu de tratat.

Ceea ce vrea să spună Bergman este că în loc să-l considere pe pacientul său drept un pervers sexual, un individ cu

tulburări de identitate sexuală, el a preferat să conceapă această problemă drept o funcție a relațiilor lui cu mama și cu prietena lui. Bergman și-a dat seama că lucrurile stau astfel, în momentul în care a aflat că James a început să se travestească din nou după ce prietena lui s-a mutat cu el.

De asemenea, Bergman susține că el nu i-a recomandat cu adevărat pacientului său să aibă o relație incestuoasă cu mama lui, chiar dacă în acel moment părea cea mai eficientă strategie de care dispunea. De fapt, la momentul acela el și-a dat seama că nu putea să-l convingă pe James să-i urmeze sfatul terapeutic și să-i sune pe tatăl și pe mătușile lui să le ceară ajutorul. Astfel a fost nevoit să găsească o metodă de a-1 provoca pe acesta să treacă la fapte.

— Consider că sunt un terapeut atent și responsabil, a spus Bergman. Acest caz a fost însă de o asemenea factură încât am fost nevoit să concep o strategie mai neobișnuită.

Făcând aluzie la cartea sa, Pescuind baracuda, Bergman a explicat că din cauză că acest pacient nu era dispus să acționeze într-un mod care ar fi calmat problemele din familia sa, a fost nevoie de o intervenție pe măsura dramatismului situației prezentate de el. Era necesar să-i facă o recomandare oarecum șocantă dar pe măsura situației pentru a-1 face să reacționeze. Din fericire, aceasta a funcționat, iar pacientul a fost capabil să facă alegerea potrivită referitoare la schimbarea comportamentul lui.

Pentru că James s-a mutat din New York, Bergman nu l-a mai văzut de foarte mulți ani. Din când în când ei vorbesc la telefon, astfel că Bergman a aflat că el și Jennie sunt și acum căsătoriți și au o familie.

Revenindu-şi din amintirile regăsite

avid Scharff, psihiatru şi psihanalist, este imul dintre principalii teoreticieni ai Terapiei relaţiilor obiectuale. Această revizuire contemporană a psihanalizei pune în evidenţă ataşamentele şi legăturile emoţionale care se .dezvoltă între indivizi, în special între cei care provin din aceeaşi familie. Folosindu-se de dinamica transferului şi contratransferului — adică de acele aspecte autentice şi proiectate ale relaţiei terapeutice — Scharffeste interesat să-i ajute pe oameni să se elibereze de modalităţile disfuncţionale adânc înrădăcinate în care intră în relaţii cu ceilalţi.

David este autor, coautor şi editor a cincisprezece cărţi. Printre acestea se numără şi cele pe care le-a scris împreună cu soţia lui, Jill Savege Scharff: Object Relations Individual Therapy (Terapia individuală a relaţiilor obiectuale); Object Relations Couples Therapy (Terapia de cuplu a relaţiilor obiectuale); Object Relations Family Therapy (Terapia de familie a relaţiilor obiectuale); The Primer of Object Relations Therapy (Abecedarul terapiei relaţiilor obiectuale) şi, cea mai recentă, Tuning the Therapeutic Instrument: Affective Learning of Psychotherapy (Acordând instrumentul terapeutic: învăţarea afectivă a psi-hoterapiei).

Scharffeste director al Institutului Internaţional de Terapie a Relaţiilor Obiectuale, profesor clinic de psihiatrie la Universitatea Geor-

getown şi la Universitatea pentru Serviciile de Sănătate şi cercetător la Institutul de Psihanaliză din Washington D.C.

*

* *

Acest caz i-a dat lui Scharff sentimentul că l-a învăţat aproape tot ceea ce ştie. El implică acel gen de familie care ar putea învăţa pe orice terapeut mai tot ceea ce vrea să ştie. Aşa cum se obişnuieşte în terapia psihanalitică de durată în care sunt abordate atât substraturile cele mai profunde cât şi simptomele prezente, Scharff a lucrat cu această familie timp de doi ani şi jumătate. Şi cum era de aşteptat de la un asemenea tratament foarte lung şi care are pretenţia că merge până în profunzimi, cazul de faţă s-a remarcat prin complexitatea şi varietatea problemelor care au fost puse în discuţie.

Există câteva motive pentru care acest caz este considerat de Scharff ca fiind cel mai remarcabil din întreaga sa carieră. Desigur, familia era cu probleme, dar acest lucru nu este în sine principalul motiv. Ceea ce l-a impresionat cel mai mult a fost cât de deschişi şi de fermi s-au dovedit membrii acestei familii în decizia lor de a urma neabătut această terapie care a durat aproape trei ani. Părinţii erau deosebit de comunicativi, dar şi copiii erau de o expresivitate captivantă — atât verbală cât şi comportamentală. (Folosirea jocurilor copiilor este unul dintre aspectele remarcabile ale modului în care Scharff aplică terapia relaţiilor obiectuale în cazul familiilor.) Această familie avea o listă atât de lungă de probleme individuale şi comune care cu siguranţă ar fi pus pe fugă pe oricine s-ar fi apucat să le enumere şi, cu toate acestea, era incredibil de hotărâtă să facă tot ceea ce era necesar pentru a îmbunătăţi funcţionarea ei.

Scharff nu a putut să decidă niciodată dacă acesta a fost sau nu un caz dificil. Deşi simptomele membrilor familiei păreau netratabile iar comportamentul lor era deosebit de dificil, ei s-au străduit din răsputeri să fie cât mai cooperanţi. Scharff era însă sigur de un lucru: în cariera lui nu au existat

clienţi care să-l înveţe mai multe lucruri despre cum se face terapia şi despre ce anume face ca terapia să reuşească.

Patru minute e prea mult

Scharff lucra într-un spital arondat universităţii. Aici el făcea şedinţe demonstrative pentru psihiatrii rezidenţi şi

pentru alți membri ai personalului. Unul dintre cuplurile care s-au oferit voluntar pentru a fi intervievați la una dintre aceste ședințe erau un soț și o soție, Lars și Velia.

La prima impresie, ei păreau extrem de diferiți. Velia era emotivă, dinamică și expresivă. Avea un stil de a vorbi și de a gesticula foarte teatral. Lars era mai degrabă tăcut și retras.

— Ei bine, a început Scharff interviul, de ce ați venit la ședința de astăzi?

— Nu sunt sigură, a spus Velia, după care a chicotit. Cred că problema e că urăsc sexul.

— Urăști sexul? a îndemnat-o Scharff.

— Da, a răspuns ea, apoi s-a adresat soțului ei. Asta e, nu-i așa?

Lars a încuviințat din cap.

— Asta este și părerea ta, că problema voastră este că Velia urăște sexul? a încercat Scharff să clarifice lucrurile.

El voia nu numai să obțină de la Lars punctul lui de vedere cu privire la situația lor, dar și să le arate medicilor și studenților prezenți cât de important este să lucrezi cu ambii parteneri.

— Mda, a aprobat Lars zâmbind rușinat. Cam asta e. A urmat o pauză, după care Lars a adăugat: Mai e și faptul că sufăr de ejaculare prematură.

— Cât timp reziști până la ejaculare?

— Două sau trei minute, a spus el.

— Prin urmare, a spus Scharff, acesta este motivul pentru care Velia urăște sexul? La urma urmei, cât de bine poate să fie dacă tu ejaculezi înainte ca ea să aibă vreo plăcere?

— Nu, nu, a protestat Lars. E adevărat că mă țin doar trei minute dar patru minute este prea mult pentru ea.

Toți trei au izbucnit în râs stabilind astfel o relație care le-a permis apoi să treacă ușor la următoarea parte a interviului în care Scharff a solicitat câteva informații despre familiile din care proveneau cei doi.

Mediul familial

Velia provenea dintr-o familie disfuncțională în care părinții aveau un limbaj agresiv iar copiii practicau un fel de hârjoneală sexuală. Ea nu a avut rețineri să povestească despre atmosfera traumatizantă în care crescuse și despre dificultățile și suferințele pe care le avusese de înfruntat din partea unor părinți atât de imprevizibili, neglijenți și abuzivi.

Când i-a venit rândul, Lars a declarat că nu-și aduce aminte de nimic din copilăria lui.

— Totul s-a întâmplat cu mulți ani în urmă, a spus el dând din umeri pentru a arăta că nu-i păsa.

Oricât de mult a încercat Scharff să-l preseze, Lars susținea că totul era în ceață. Fără îndoială că acesta era un subiect despre care nu putea sau nu voia să vorbească.

— Povestește-mi despre părinții tăi, l-a întrebat Scharff.

— S-au descurcat destul de bine, presupun.

— Așadar, nici o problemă?

— Ei... Lars ezita, gândindu-se dacă să continue sau nu. Apoi, pe un ton foarte degajat, el a spus: Odată, tatăl meu

a fost arestat.

— Câți ani aveai când s-a întâmplat asta?

— Eram la liceu. Aveam șaptesprezece ani. Mi-am adus aminte de asta pentru că atunci tocmai începusem ultimul an de liceu.

— Și pentru ce a fost arestat tatăl tău?

— Acosta bărbați.

f

— Acosta bărbați? Stai puțin. Scharff credea că vorbeau despre tatăl lui nu despre mamă. Sau poate că el se referea la un alt fel de infracțiune.

— Nu înțeleg ce vrei să spui, a spus Scharff.

— El a fost arestat pentru seducții homosexuale. Știi, când agăți un tip la toaleta bărbaților. A stat la închisoare câteva luni.

— Așadar, tatăl tău a fost la închisoare?

— Mda, dar acesta a fost singurul incident. în rest, părinții mei s-au descurcat bine. Am fost o familie fericită... mă rog, părinții mei s-au despărțit după ce tatăl meu s-a întors de la închisoare.

— Când a ieșit, tatăl tău era tot homosexual?

— O, da, a răspuns Lars în stilul lui laconic. De atunci a rămas homosexual. Acum trăiește cu un bărbat.

în continuare, Scharff s-a întors la discuția de la începutul ședinței — urmând ca mai târziu să reia discuția despre familiile lor.

— în afară de problemele sexuale pe care amândoi le-ați menționat, mai sunt și altele pe care ați dori să le rezolvați?

— Poate cu copiii, a spus simplu Lars.

— Atunci spuneți-mi ce probleme aveți cu copiii.

Lars și Velia aveau trei copii, de șapte, cinci și respectiv trei ani. Cel mijlociu, Sven, mergea la grădiniță și era unul dintre copiii problemă de acolo. Din cele povestite de Lars și Velia, Scharff și-a dat seama că băiatul era probabil hiperactiv și cu un oarecare deficit de atenție.

Văzând că se apropiau de sfârșitul întâlnirii, Scharff i-a întrebat pe cei doi dacă vor să-și aducă copiii la următoarea ședință pentru a face o evaluare a întregii familii. Ei au acceptat, după care au fixat o dată pentru următoarea întâlnire care urma să aibă loc în biroul lui Scharff și nu în public.

E timpul pentru joacă

Familia s-a instalat în birou, Lars și Velia stăteau pe canapea, iar copiii se jucau pe podea. Cei mai mari dintre copii erau băieți — Sven, așa-numitul copil problemă, care avea cinci ani, și Eric, de șapte ani, un băiat vorbăreț dar cuminte care a venit echipat cu tot felul de luptători de jucărie. Cel mai

mic, Tiffany, era o fetiță de trei ani, absolut adorabilă, îmbrăcată cu o rochiță roz, pentru ocazie.

In scurt timp, Scharff a constatat că Sven avea probabil tulburări de hiperactivitate și deficit de atenție (ADHD -

THDA). Băiatul nu putea să stea într-un loc mai mult de câteva minute. El îşi întrerupea în permanenţă fraţii — pe Tiffany, care construia liniştită un joc lego şi pe Eric, care se juca cu luptătorii lui, împărţindu-i în tabere adverse, cei buni şi cei răi, şi având bineînţeles grijă să câştige cei buni.

Scharff a aflat de asemenea de la părinţii lui Sven că, pe lângă problemele legate de atenţie, acesta făcea pe el noaptea iar uneori ei erau nevoiţi să-i schimbe pantalonii şi în timpul zilei.

în vreme ce copiii erau ocupaţi cu jucăriile lor favorite, părinţii au continuat să vorbească despre problemele lor.

— Ceea ce ne îngrijorează cel mai mult este relaţia noastră conjugală, a conchis Velia, alegându-şi cuvintele cu grijă pentru că erau de faţă copiii. Uneori, când James se arată interesat, îmi ies pur şi simplu din minţi şi simt nevoia să o fac imediat.

— Dar copiii nu văd? a întrebat Scharff. Ce înţeleg ei din asta?

— Ei văd doar că ne ducem în dormitor şi că ieşim apoi ca furtuna, certându-ne îngrozitor.

Tiffany şi Sven se jucau împreună în mijlocul camerei. Imediat ce Velia a pomenit de furia la care dădea naştere relaţia lor sexuală, Tiffany s-a uitat la o maşină de pompieri de jucărie pe care a început să o plimbe în direcţia unei mici clădiri în formă de tunel pe care o construise din piese de lego, introducând-o în ea şi scoţând-o de mai multe ori. Scharff a fost uimit de cât de mult se asemăna această mişcare cu actul sexual. El s-a uitat la camera video care înregistra şedinţa, rugându-se să fi filmat această imagine impresionantă. Nu mai văzuse până atunci o reprezentare simbolică atât de dramatică a felului în care jocul unui copil reproduce povestea părinţilor. Iar această fetiţă nu avea decât trei ani şi jumătate!

Scharff a arătat către maşina pe care Tiffany o mişca cu nepăsare de-a lungul tunelului dărâmându-1 în cele din urmă şi a întrebat-o pe Velia:

— Aşa arată lucrurile pentru tine? E ca şi cum te-ar sfâşia?

— Exact! a râs ea.

Lars a râs şi el la rândul lui. Copiii s-au oprit pentru un moment apoi au început să iniţieze jocuri noi. Sven s-a apucat să construiască blocuri pe care le dărâma apoi, împrăştiind piesele şi maşinile pe tot covorul. Eric s-a aşezat la o masă şi a început să deseneze o scenă dintr-un război inter galactic. El i-a explicat lui Scharff că luptătorii răi atacau nava mamei lui.

— Or s-o distrugă? a întrebat Scharff.

— Nu ştiu deocamdată, a răspuns Eric desenând în continuare.

Dar cel mai puternic a reacţionat micuţa Tiffany. în momentul în care mama ei a început să râdă de observaţia pe care o făcuse Scharff, Tiffany a luat din jucăriile oferite de Scharff cea mai mare păpuşă-bebeluş pe care a pus-o peste cea mai mică, aceasta întâmplându-se să fie un tată de jucărie. Arăta de parcă o fată uriaşă îşi turtea tatăl întinzându-se peste el.

Scharff s-a uitat la Lars care stătea necăjit cu capul în mâini ca şi cum acest lucru i s-ar fi întâmplat lui, ca şi cum el ar fi fost cel care era turtit. în felul acesta, Lars şi Velia au putut să facă imediat legătura. Ei au făcut haz de felul în care joaca copiilor lor reproducea problemele lor.

Către sfârşitul acelei şedinţe, Velia şi Lars vorbeau despre cele mai frecvente certuri ale lor. Ei au fost întrerupţi de Sven, care a început să facă gălăgie şi să alerge de la un capăt la altul al camerei lovind scaunele în drumul lui. Era fără îndoială foarte agitat, în ciuda faptului că părinţii lui erau calmi şi vorbeau despre certurile lor într-o manieră foarte civilizată. Scharff a fost din nou şocat de cât de bine părea să fie conectat băiatul la problemele părinţilor şi de felul în care acesta începuse să le reproducă simbolic de parcă ar fi fost menite pentru aşa ceva.

Privind înapoi

Scharff a prescris un tratament experimental cu Ritalin, care inițial a părut să-l ajute pe Sven, băieţelul hiperactiv, să-şi controleze într-o oarecare măsură comportamentul impulsiv, dar chiar şi după ce a fost dat în grija unui coleg specializat în terapia copiilor, Sven nu a reacţionat bine la psihoterapia individuală. Intr-un fel, el repeta experienţa tatălui lui, care nici el nu părea să răspundă la terapie. în cea mai mare parte a timpului, Lars rămânea pasiv şi fără grai, lăsând-o pe soţia lui să vorbească pentru amândoi. El nu părea să caute să facă probleme, din contră, îşi dădea toată silinţa să coopereze — dar se pare că era pur şi simplu incapabil să exprime în cuvinte ceea ce gândea sau simţea. Probabil că avea o deficienţă în ce priveşte capacitatea de înţelegere.

Spre deosebire de soţul ei, Velia, care avea probleme mai grave decât toţi ceilalţi membri ai familiei, răspundea cel mai bine la terapie. în trecut ea avusese probleme de sănătate mentală care păreau să fi apărut pe fondul unor tulburări de personalitate contradictorii -— ea pendula între o atitudine cooperantă, protectoare şi una manipulatoare şi autodistructivă. Deşi cel mai adesea părea veselă şi glumeaţă, în realitate ea ascundea foarte multă furie şi vulnerabilitate. Velia începuse să facă tratament cu un alt psihiatru care lucra cu ea individual în psihoterapie intensivă. în cursul acestei terapii, a fost nevoie să fie internată de două ori pentru perioade scurte de timp din cauza depresiei şi a unor episoade disociative severe — momente în care ea pierdea contactul cu realitatea şi se retrăgea în sine încercând să se protejeze în felul acesta.

Un an mai târziu familia a venit din nou la Scharff pentru o consultaţie. De data aceasta, Scharff a stabilit ca şedinţele să aibă loc de două ori pe săptămână, o dată cu toţi membrii, pentru terapie de familie, şi o dată doar cu cei doi soţi pentru terapie sexuală. Relaţia intimă a cuplului nu se îmbunătăţise deşi terapia individuală trezise în Velia dorinţele sexuale. Tiffany avea acum aproape cinci ani, era la fel de adorabilă ca la prima şedinţă, numai că de data aceasta purta o rochiţă care

părea cumva prea scurtă pentru ea. încă de când o văzuse pentru prima dată Scharff a remarcat că înfăţişarea şi comportamentul ei aveau ceva sexual în ele. Uneori părea aproape seducătoare, în special în felul în'care le răspundea fraţilor, tatălui ei şi lui Scharff.

Sven arăta mai rău ca niciodată. Deşi reacţionase destul de bine la medicamentele care îi fuseseră prescrise, comportamentul lui necontrolat era şi mai agresiv decât înainte şi continua să facă pe el. Eric, băiatul cel mare, atât de plin de energie ultima dată când îl văzuse Scharff, părea deprimat acum. înainte, Eric înscena sau desena războaie în care binele triumfa asupra răului. Acum Scharff a observat o parte mai tenebroasă a scenariului: tipii răi câştigau întotdeauna. Şi acesta era cea mai sănătoasă persoană din familie!

Scharff crezuse că poate să înţeleagă cum apăruse această situaţie când, la o şedinţă de familie care a avut loc câteva săptămâni mai târziu, el a fost martor la următoarea scenă. Sven tocmai se calmase pentru moment şi se juca liniştit, când Eric i-a luat jucăria şi a pus-o într-un loc unde el nu putea să ajungă. Acest lucru l-a înfuriat pe Sven care a început să ţipe şi să lovească peretele, alergând apoi după fratele lui pentru a-şi lua jucăria înapoi.

— încetaţi imediat! a strigat Velia la cei doi băieţi, cu o furie nestăpânită. Acum aţi stricat totul! Nu puteţi să staţi cuminţi nici măcar un minut? De ce trebuie să vă purtaţi în felul acesta? Noi încercăm să facem ceva aici, iar voi stricaţi totul! Eric, o să ajungi exact ca bunicul tău!

Sven s-a întors înapoi la jocul lui, dar Eric arăta absolut devastat din cauză că fusese ocărât. Izbucnirea mamei lui fusese neaşteptată şi plină de răutate şi, mai mult decât atât, aceasta părea să fie o scenă destul de obişnuită în familia lor. în timpul exploziei, Lars a stat cu capul în mâini aşa cum făcuse cu un an înainte când Tiffany se juca cu bebeluşul şi tatăl de jucărie pe care le pusese unul peste altul. în vulnerabilitatea ei, Velia văzuse în „băiatul ei bun", Eric, imaginea tatălui ei abuziv, iar spaima ei se transformase într-o ceartă violentă care l-a făcut pe Eric să suporte din partea mamei lui acelaşi

comportament la care aceasta fusese la rândul ei supusă şi pentru care îl urâse atât de mult pe tatăl ei. Lars a fost complet neajutorat. El nu a schiţat nici un gest pentru a încerca să-l apere pe Eric (sau pe sine însuşi), aşa cum probabil făcuse şi faţă de tatăl lui când era copil.

Scharff ştia că era martorul unui mic episod din procesul de transmitere a abuzului de la o generaţie la alta. El a fost capabil să explice familiei că o ceartă obişnuită de familie fusese înţeleasă greşit în lumina unor traume anterioare. în felul acesta el i-a oferit lui Eric un mijloc de protecţie, Veliei, înţelegerea necesară iar lui Lars, un nou model de a fi tată.

Amintiri regăsite

Progresul cu cei doi soţi era foarte, foarte lent. Ei au început să facă eforturi serioase pentru a-şi rezolva problemele sexuale; în cele din urmă Lars a învăţat să-şi amâne orgasmul, iar Veliei a început să-i placă să facă sex. Ei au continuat de asemenea să exploreze mai în amănunt trecutul familiilor lor, căutând indicii pentru a-şi explica o parte din problemele lor curente.

— Am vorbit cu sora mea săptămâna aceasta, a relatat Velia la una din şedinţe, şi mi-a spus că tatăl nostru ne bătea tot timpul. E ciudat, pentru că nu mi-a venit în minte niciodată lucrul ăsta, dar sunt sigură că aşa a fost, iar acum am început să-mi reamintesc unele aspecte legate de asta.

— Este o descoperire foarte importantă, a observat Scharff. Ai vorbit cu Lars despre asta în cursul săptămânii?

în timp ce întreba acest lucru, el s-a uitat la Lars.

— Da, a răspuns el. Şi în timp ce îmi povestea despre lucrurile astea, dintr-o dată, mi-am adus şi eu aminte de ceva.

— Despre ce este vorba? l-a întrebat Scharff cu blândeţe.

Nu voia să-l intimideze pentru că Lars avea întotdeauna dificultăţi să vorbească despre trecutul lui.

Lars a început să-şi ridice mâinile către faţă, fiind pe punctul de a lua din nou acea înfăţişare chinuită, turtită.

— îmi aduc aminte că odată l-am întrebat pe tatăl meu despre sex, cum se face şi, mă rog, tot ce ţine de asta.

Scharff a aşteptat, sperând că Lars o să continue fără a fi nevoie să fie împins de la spate.

— Atunci tatăl meu mi-a spus: Bine, îţi arăt. Şi şi-a băgat penisul în anusul meu, a spus Lars, uitându-se în jos pentru a evita privirile soţiei sau ale terapeutului. Apoi a adăugat: Cred că s-a întâmplat de două ori. După care a tăcut brusc.

— S-ar părea că vrei să mai spui ceva în legătură cu asta, a spus Scharff sperând să-l facă să continue. Răspunsul lui Lars a fost şi mai şocant.

— Cred că după aceea a făcut-o şi cu fratele meu. Apoi a tăcut pentru un moment după care a spus: Ştiu că a făcut-o şi cu fratele meu.

Asta era tot ce a putut să-şi aducă aminte Lars sau cel puţin tot ce avea să spună despre acea întâmplare. El şi-a dat seama că, la urma urmei, părinţii lui nu au fost aşa de fericiţi împreună şi că tatăl lui fusese probabil toată viaţa homosexual. El era dispus să recunoască acest lucru despre tatăl lui şi chiar abuzul sexual, dar cu toate acestea încă mai dorea să aibă o oarecare legătură cu el. Tatăl lui rupsese relaţiile cu el şi cu familia lui, iar acest lucru părea să-l afecteze în acel moment mai mult decât orice.

Intuiţie si observaţie

ft t

Aceste dezvăluiri s-au dovedit o oportunitate pentru munca pe care cei trei o făceau împreună. Velia şi Lars au reuşit să discute despre unele dintre vechile lor probleme, personale sau comune. Deoarece amândoi fuseseră abuzaţi în copilărie, era important ca atenţia lor să se concentreze asupra a ceea ce li se întâmpla propriilor lor copii. Era vorba

nu numai de problemele lui Sven (care începuse să facă progrese), ci şi de comportamentul sexualizat al lui Tiffany. Acesta era de fapt cel mai negru coşmar al lor care, din păcate, începuse să se adevereasc㠎. Ultimul lucru pe care şi-l

doreau era ca propriii lor copii să treacă prin ceea ce trecuseră ei.

Lars părea că vede foarte clar ceea ce se întâmpla cu ceilalţi din familia lui, dar nu reuşea în nici un chip să dezvolte o înţelegere profundă a propriilor lui probleme. Pentru Scharff acest lucru e echivalent cu a fi capabil mai degrabă de o observaţie exterioară decât de una interioară. Mai precis, unii oameni nu pot să vadă lucrurile aşa cum sunt ele în sine, dar le pot înţelege atunci când le observă la alţi membri ai familiei. Pentru oameni ca Lars şi Sven, acesta este unul dintre marile avantaje ale terapiei de familie.

Chiar şi cu această deficienţă, Lars a încercat din greu să ajute la armonizarea relaţiilor dintre membrii familiei sale, precum şi la asimilarea de către ei a trecutului lor. Adeseori el recunoştea interpretările greşite pe care le făceau copiii lui cu privire la diverse evenimente şi îi ajuta să se corecteze. Aceasta a fost o parte a procesului care a permis întregii familii să facă progrese majore, astfel că Lars s-a simţit mai bine ca soţ şi ca tată. El şi soţia lui au reuşit să aibă relaţii intime satisfăcătoare. Eric a devenit mai tenace (iar tipii buni au început din nou să câştige); Sven a încetat să mai facă pe el şi aduna mult mai bine la şcoală şi la joacă; în sfârşit, Tiffany părea să nu mai aibă nici o legătură cu sexualitatea. Numai Velia nu reuşise încă să facă toate lucrurile care se cereau în situaţia ei. A rămas că îşi va continua eforturile cu ajutorul terapeutului ei individual.

După doi ani şi jumătate, venise timpul ca terapia să ia sfârşit. Se pare că Eric, băiatul cel mare, a fost cel care a reuşit să exprime cel mai bine ceea ce simţeau ei toţi în acel moment. El a desenat un monstru fioros dar nostim în acelaşi timp pe care i l-a arătat lui Scharff. Acesta l-a întrebat ce reprezintă.

— Se numeşte tortură terapeutică, a spus Eric zâmbind. Dar mai este un desen al lui, pe partea cealaltă.

El a întors foaia, unde era desenat acelaşi monstru cu ochi uriaşi şi cu lacrimile şiroindu-i pe obraji.

— De ce este trist? a întrebat Scharff.

— E trist pentru că nu poate să mai vină de acum încolo. Scharff a fost din nou impresionat de cât de inteligenţi pot

să fie copiii, reuşind să exprime în jocurile lor lucruri despre care părinţii nu sunt în stare să vorbească. Urmând exemplul lui Eric, întreaga familie şi-a exprimat tristeţea pe care o resimţeau despărţindu-se de o experienţă care îi ajutase foarte mult.

Urmarea

Opt ani mai târziu, Velia l-a sunat pe Scharff. L-a întrebat dacă ea şi familia ei mai pot veni la el încă o dată doar pentru a-l pune la curent cu ceea ce se mai întâmplase în viaţa lor de la ultima şedinţă.

Când au intrat în birou Scharff a văzut o familie complet schimbată. I-a fost foarte greu să-şi stăpânească lacrimile pentru că arătau atât de diferit, nu numai în ce priveşte înfăţişarea dar şi în felul în care evoluaseră. Eric tocmai fusese acceptat cu bursă la colegiul pe care-l trecuse pe primul loc în lista de opţiuni. Sven nu făcuse progrese remarcabile la liceu, dar se descurca destul de bine şi părea că se bucură de viaţă. Tiffany avea acum paisprezece ani şi era la fel de adorabilă. Era bucuroasă că luase calificări maxime la toate disciplinele, cu o singură excepţie pentru care era dezamăgită. Dar, înainte de toate, Scharff era uşurat să vadă că ea se schimbase în bine.

De-a lungul anilor, el a continuat să ţină legătura cu această familie. Acum Eric este căsătorit, iar Tiffany este logodită. Ei s-au descurcat foarte bine la colegiu, iar acum îşi demarau carierele profesionale. Sven, băiatul mijlociu, este în armată şi se împacă destul de bine cu disciplina militară care îl ajută să-şi organizeze viaţa. Lars se ocupă cu muzica, un lucru pe care dorea de foarte mult timp să-l facă. Velia mai are încă momente de cădere. Ea face în continuare terapie pentru a-şi rezolva problemele legate de vulnerabilitatea ei la disociere atunci când se află sub stres. Munceşte în continuare şi este foarte mândră de familia ei.

Această familie l-a învăţat foarte multe lucruri despre felul în care oamenii îşi pot reveni după ce multă vreme au avut parte de o viaţă dezastruoasă, le-a reamintit Scharff. Cazul acesta ne arată foarte clar că părinţii, în ciuda propriilor lor istorii de familie şi a limitărilor, pot să coopereze pentru a-şi ajuta copiii. Aceasta este o familie care, chiar şi acum, după optsprezece ani, încă mai crede că unul dintre cele mai importante lucruri pe care le-au făcut vreodată a fost să-şi împărtăşească experienţele relaţionale pe care le-au simţit prima dată în timpul terapiei şi să înveţe să se menţină la acest nivel în anii care au urmat.

Capitolul douăzeci şi patru

Howard Rosenthal

Atacuri de panică provocate de grătarele canalelor, parcurile de distracţie şi partidele de sex cu miniştri

oward Rosenthal este autorul câtorva cărţi practice pentru terapeuţi, printre care se numără: Before You See Your First Client (înainte să-l vezi pe primul tău client); Favorite Counseling and Therapy Techniques (Consiliere preferenţială şi tehnici de terapie); 51 Therapists Share Their Most Creative Strategies (51 de terapeuţi împărtăşesc cele mai creative strategii ale lor); Favorite Counseling and Therapy Homework Assignments (Consiliere preferenţială şi terapie pentru acasă) şi The Encyclopedia of Counseling (Enciclopedia consilierii). Deşi este cunoscut în primul rând pentru manualele sale care oferă exerciţii şi tehnici pentru practicieni, Rosenthal este specializat şi în tratarea problemelor legate de stres.

Pe lângă cărţile destinate profesioniştilor, el a mai scris o serie de cărţi de popularizare cum ar fi: Not with My Life I Don't: Preventing Your Suicide and That of Others (Nu cu viaţa mea: Cum să previi propria ta sinucidere şi a altora) şi Help Yourself to Positive Mental Health (Autoserveşte-te cu sănătate mentală pozitivă).

în prezent el este coordonatorul Programului pentru Servicii Umanitare, de la Colegiul de stat din St. Louis şi predă la Univer-sitatea Webster. în altă ordine, Rosenthal poate fi găsit pe Internet pe un website de către hair stiliştii profesionali care au nevoie de un specialist în aspectele psihologice legate de munca lor.

*

* îf-

înainte de a ne povesti despre cel mai neobişnuit pacient al său, Rosenthal a ţinut să remarce că cel mai bizar dintre cazurile sale l-a avut ca protagonist pe el însuşi. Mai exact, el a întâlnit mai târziu la un pacient de al său ceva ce experimentase şi el personal.

Două simptome ciudate

Pe vremea când era student, Rosenthal s-a hotărât la un moment dat să se aventureze în afara domeniului teoretic în care era instruit la acea vreme şi să urmeze un curs de psihanaliză. Spre marea lui surpriză, el a constatat că era foarte atras de această disciplină care pornea accent pe interpretarea trecutului şi dezvăluirea dorinţelor inconştiente. Această abordare era în mod evident la antipodul terapiei pe care o învăţase până atunci, mult mai orientată către acţiune şi centrată asupra prezentului.

Uneori, colegii săi de facultate îi puneau întrebări despre acest curs.

— Cine predă cursul? l-a întrebat unul dintre ei. Vreun tip cu barbă?

— Nuuu, a răspuns Rosenthal râzând. Nu are barbă ca Freud. Nici măcar trabuc.

— Bine, atunci cum îl cheamă?

— Stai așa să mă gândesc. Mă gândesc. Lasă-mă un minut.

— Te duci de atâtea săptămâni la cursul acesta și nici măcar nu știi care este numele individului care îl predă.

Rosenthal a încremenit. Ce ciudat! îi plăcea foarte mult cursul și îl admira în mod deosebit pe profesor. Dar, pe viața

lui, nu putea să-și aducă aminte de numele instructorului. Și, mai mult decât atâta, nu era prima dată când i se întâmpla acest lucru; doar cu câteva zile în urmă el încercase dar fără nici un rezultat să-și aducă aminte numele analistului.

Pe Rosenthal îl deranja foarte tare acest lucru pentru că de obicei avea o memorie foarte bună a numelor. Chiar și în ziua de azi el poate să-și aducă aminte până și numele de domnișoară al educatoarei de la grădiniță.

Ca și când acest lucru nu l-ar fi lovit suficient, năucindu-1, la un moment dat s-a trezit cu un alt simptom încă și mai bizar. Rosenthal a crescut în St. Louis, capitala bowlingului din Statele Unite, astfel că multă vreme visul său a fost să ajungă un jucător profesionist la fel de bun ca și unii dintre eroii lui din adolescență. Deși visul nu s-a împlinit și în cele din urmă a ajuns terapeut, el a continuat să joace bowling în fiecare săptămână pentru a se recrea. Chiar dacă avea foarte mult de învățat pentru facultate și pentru cursul facultativ de psihanaliză, nu era dispus să-și sacrifice nopțile dedicate bowlingului.

Ușa de la sala de bowling

Rosenthal avea o nouă problemă. în fiecare seară când mergea la bowling, pe măsură ce se apropia de ușa sălii, devenea din ce în ce mai agitat. Ușa nu avea nimic neobișnuit, era exact în genul celor care se amplasează la intrarea unor astfel de stabilimente — din sticlă, cu o bară de metal peste ea care servește drept mâner. în partea de jos avea o plasă de oțel pentru a proteja sticla de loviturile de picioare ale jucătorilor furioși.

De câte ori vedea ușa aia, Rosenthal începea să se zgâias-că la plasa de oțel și lucrul acesta îl scotea din minți. Simțea cum îl cuprinde o furie nestăpânită împotriva ușii, în special a părții ei de jos, și începea să înjure de unul singur. Ura din tot sufletul nenorocita aia de ușă!

Rosenthal era foarte stânjenit de comportamentul său irațional, pentru că aspira să facă parte din categoria acelor tera-

peuți care le au pe toate. Din păcate lucrurile păreau să se îndrepte acum într-o altă direcție. Simțea că își pierde mințile pur și simplu — uitase numele instructorului... el care se mândrea că avea o memorie perfectă! Iar acum, îl apucase o furie dementă împotriva unei blestemate de uși.

Rosenthal a încercat să aplice tot ceea ce învățase pentru a scăpa de simptomele acelea supărătoare. El a încercat să vorbească cu el însuși, așa cum ar fi făcut cu clienții lui. S-a analizat. Și-a făcut autohipnoză. A folosit imagistica, desensibilizarea, suspendarea gândirii — absolut tot ce i-a venit în minte — dar fără nici un rezultat. Și pe deasupra, el a simțit că a eșuat lamentabil în încercarea de a-și fi propriul terapeut. Singura idee care i-a trecut prin minte a fost că poate acea plasă de oțel îl scotea din minți pentru că într-un fel îi aducea aminte de o infracțiune. Era o teorie cam trasă de păr, dar altceva nu avea la îndemână.

Evrika!

Soluția la problema lui s-a ivit printr-o pură întâmplare. Dar intuiția pe care a avut-o în legătură cu problema în cauză s-a datorat, și asta nu în ultimul rând, studiului psihanalizei.

într-o zi, la sfârșitul unei partide de bowling, Rosenthal își scotea pantofii, când partenerul său de joc a venit la el și l-a bătut pe umăr.

— Hei, Howard, a spus prietenul, ce zici de o pizza?

Rosenthal a încremenit. Dintr-o dată l-a străfulgerat o imagine din copilărie, pe care o uitase de mult. Era de pe vremea când avea zece ani și juca bowling exact în această sală. Și tot într-o seară de miercuri. își făcuse obiceiul ca după ce încheia meciul să joace șah așteptând ca ceilalți să termine. în acea seară tocmai era în toiul unei astfel de partide de șah, cu unul dintre prietenii săi, când un puști mai mic, cunoscut ca o adevărată pacoste, a venit la ei să-i necăjească.

— Cară-te de aici, puștiule, l-a amenințat prietenul lui, dacă nu vrei să primești un șut în fund.

în loc să țină cont de faptul că amicul lui Rosenthal era foarte supărat, fiind pe cale să piardă partida, puștiul a răsturnat câteva piese de șah după care a luat-o la fugă. Imediat prietenul a început să alerge după el prin sala de bowling. La un moment dat, Rosenthal a auzit o lovitură puternică urmată de un zgomot asurzitor ca și când ar fi explodat o bombă.

încercând să scape de urmăritor, băiatul o luase la fugă drept către ușa de sticlă care, pe vremea aceea, nu era prevăzută cu plasa de oțel. Pentru că era foarte mic de statură, el a reușit să evite bara de metal care se afla la jumătatea ușii, intrând direct în geam. Era acoperit de cioburi și de sânge, cu siguranță, mort în urma impactului.

„Doamne", s-a gândit Rosenthal, „l-a omorât pe bietul băiat. Și aș fi putut să fac ceva ca să împiedic acest lucru." Exact în acel moment, prietenul lui s-a întors, i-a pus mâna pe umăr (exact cum făcuse acum partenerul lui) și i-a spus același lucru: „La naiba cu el. Vrei să mergem să mâncăm o pizza?"

Se pare că acea amintire reprimată, pe care o dăduse de mult uitării, fusese trezită de replicile acestea care semănau atât de mult cu incidentul original. Dar cum rămânea cu cealaltă problemă? Faptul că nu-și reamintea numele instructorului de psihanaliză?

Coincidența coincidențelor, în cele din urmă a ieșit la iveală că bietul puști avea exact același nume ca și profesorul!

O dată ce și-a dat seama care este cauza simptomelor lui, Rosenthal a putut să-și aducă aminte de numele instructorului și a încetat să se mai înfurie la vederea ușii. în acea zi, el a învățat de asemenea cât de puternic poate să fie afectat comportamentul de către evenimentele din trecut. Desigur, aceasta este o lecție pe care orice terapeut o învață la școală. Dar e cu totul altceva să o simți pe propria piele.

Și încă un lucru: a aflat că în cele din urmă puștiul a scăpat doar cu câteva vânătăi, tăieturi și zgârieturi.

Atacuri de panică

într-un caz de genul celui despre amintirile pe care le-a recăpătat într-un mod ciudat, Rosenthal lucra cu o graficiană care suferea de anxietate, acest lucru afectându-i nu numai munca dar chiar și viața de zi cu zi. Prima dată când și-a dat seama de acest lucru a fost când a observat că de fiecare dată când călca din neatenție peste grătarele de la canalele de scurgere fixate în trotuar avea amețeli și i se oprea respirația. Chiar dacă se străduia să fie vigilentă, erau momente în care era cu gândul aiurea sau era atentă la altceva și fără să vrea ajungea din nou să calce pe aceste grătare care se aflau aproape la fiecare colț de stradă. în asemenea ocazii ea devenea realmente neputincioasă. îi era foarte greu să-și recapete respirația. Inima începea să i se zbată cu putere în piept, bătând atât de tare încât îi era frică că o să explodeze. Se trezea dintr-o dată transpirată toată, iar mâinile îi tremurau. Uneori îi era atât de rău încât ajungea să cadă pe stradă.

— Ai mai avut și în alte ocazii stări de genul acesta? a întrebat-o Rosenthal.

El încerca să găsească o explicație pentru această reacție extremă. De ce grătarele de canal îi provocau asemenea stări?

A reieșit că, într-adevăr, ea avusese o experiență similară nu cu mult timp în urmă. Se afla într-un parc de distracții local, plimbându-se și bucurându-se de ziua respectivă când, din senin, a fost cuprinsă din nou de acele stări. De data

asta a fost mai rău ca niciodată. Anxietatea a paralizat-o pur și simplu, până într-acolo încât nu mai putea să se miște sau să vorbească și nici măcar să respire. A crezut că o să moară. Autoritățile parcului au trebuit să cheme o ambulanță pentru a o reanima.

După ce a fost exclusă posibilitatea unor cauze fizice, a reieșit că, într-adevăr, ea suferea de un fel de tulburări de panică declanșate de acești doi stimuli dispăraţi. Era ceva legat de călcatul peste grătare și plimbatul în parcurile de distracții care declanșa acele atacuri incontrolabile.

La fel ca și în propriul său caz de autoanaliză, Rosenthal a ajuns la concluzia că era foarte probabil ca această anxietate

severă să aibă drept cauză un eveniment traumatizant din trecut. Partea cea mai grea în cazul de față era să descopere pat-tern-ul.

Elementul care lipsea

Și la fel cum procedase în cazul lui, Rosenthal a încercat variate metode pentru a o ajuta pe această femeie să facă față simptomelor ei. El i-a făcut hipnoză pentru a-i furniza diferite mijloace de a se descurca în acele situații stresante. A folosit biofeedback-ul pentru a o ajuta să capete un control mai mare asupra senzațiilor corporale. A introdus desensibilizarea sistematică pentru a o obișnui treptat cu stimulii responsabili de declanșarea atacului. A pus-o să facă terapie de grup pentru dezvoltarea spiritului de afirmare în speranța că asta îi va spori încrederea în sine. Chiar și medicamentele recomandate special pentru anxietate și tulburări de panică s-au dovedit inutile.

La un moment dat, în cursul acestor tratamente a ieșit la iveală că a mai existat o situație care i-a provocat un atac grav. Ea avea o relație cu un bărbat, un ministru, care dura de ceva vreme. Deși altfel relația lor mergea bine, de câte ori încercau să facă sex, ei i se oprea respirația și leșina. Era clar că reacția ei nu era tocmai expresia pasiunii ci mai degrabă a terorii. Mai departe, Rosenthal a aflat că ea avusese relații și cu alți miniștri, unii dintre ei căsătoriți, alții nu — dar nu reușise să aibă raporturi sexuale cu nici unul dintre ei, din cauză că avea atacuri de panică când era pe punctul de a fi penetrată.

Încet-încet și cu delicatețe, Rosenthal a încurajat-o pe această femeie să vorbească despre copilăria ei. Ceva fusese îngropat acolo, ceva traumatizant se întâmplase când ea era mică. Dar oricât de des și oricât de mult ar fi sondat el terenul, ea nu a putut să-și aducă aminte de nimic semnificativ, de natură să explice acest fenomen.

La puțin timp după aceasta, femeia s-a dus la o conferință profesională. La una dintre prezentări, vorbitorul a spus un

banc fără perdea. în mod normal acest lucru nu ar fi deranjat-o cu absolut nimic; de data aceasta însă a înfuriat-o peste măsură — exact așa cum i se întâmpla și lui Rosenthal la vederea ușii de sticlă. Ea l-a criticat în public pe acel prezentator și i-a ocărât pe toți cei care au sărit în apărarea lui. Ea însăși a fost foarte surprinsă de reacția ei pentru că îi plăcea nu numai să audă bancuri fără perdea, dar să spună și ea asemenea bancuri.

Frustrată și mânioasă, în cele din urmă ea s-a repezit afară din sala de conferințe și s-a retras la ea în cameră. în timp ce se chinuia să adoarmă, a început dintr-o dată să fie bântuită de amintiri de mult uitate, de pe vremea când avea cinci ani. Tatăl ei fusese ministru, profesor și un membru respectat al comunității. Pe lângă aceste preocupări alese, el se mai îndeletnicea și cu molestarea ei sexuală.

Alte piese ale puzzle-ului începeau să se îmbine. Cu siguranță că aversiunea ei față de relațiile sexuale cu miniștrii și atracția pe care o avea pentru aceștia ca întruchipări ale tatălui său erau acum ușor de interpretat. Dar cum rămânea cu restul?

Când tatăl ei a început să o pipăie pentru prima dată, s-a întâmplat ca un tren să treacă tocmai în momentul acela. Zgomotul pe care-1 făcea trenul mergând pe șine i se părea ca fiind același cu zgomotul făcut de pașii ei în timp ce trecea peste grătarul unui canal. De câte ori auzea acest zgomot ea era în pericol să simtă teroarea așa cum se întâmplase când fusese molestată.

Dar acum Rosenthal se întreba cum se facă legătura cu parcurile de distracții.

Abuzul sexual avusese loc cu zeci de ani în urmă, pe vremea când trăsurile cu cai mai erau încă la modă. Ea fusese molestată într-o trăsură care arăta exact ca aceea care se afla expusă în parcul de distracții. Speriată și cu lacrimile șiroind, dar cu toate acestea vrând să-i facă pe plac tatălui ei, ea a îndurat abuzul lui sexual, în timp ce asculta trenul care se afla în depărtare și scârțâitul arcurilor ruginite ale trăsurii. De câte ori auzea acest zgomot familiar dar de mult uitat sau vedea un

loc care semăna cu cel în care fusese abuzată, ea se simțea de parcă ar fi fost pe punctul de a muri din nou.

Confruntarea

După ce și-a recăpătat amintirile reprimate, femeia a decis să se confrunte cu părinții ei care aveau la acea dată peste nouăzeci de ani.

— Mamă, a spus ea la telefon într-o zi, nu o să-ți vină să crezi. Am fost la un terapeut, știi, în legătură cu stările mele. De ani de zile n-am reușit să-mi dau seama de ce mă simt atât de ciudat... știi tu.

Mama ei a rămas suspect de tăcută, așa că ea a continuat.

— Ei bine, mamă, cred că am reușit să aflu ce se întâmplă.

— E vorba de tatăl tău, nu-i așa?

— De cine?

— De tatăl tău? Despre asta voiai să vorbești, nu-i așa?

Femeia a rămas șocată. După câte se părea, mama ei știuse tot timpul că soțul ei îi molestase fiica dar a preferat să nu spună nimic. Aceasta este o reacție obișnuită în cazurile de abuz sexual în familie — părintele nonabuziv știe ce se petrece dar decide să ignore totul.

Femeia a încercat să se confrunte și cu tatăl ei, dar el a negat totul. El lua în derâdere acuzațiile și, când acest lucru nu mergea, spunea că ea a inventat totul. El nu a recunoscut niciodată ce a făcut și acest lucru a dezamăgit-o foarte mult. Cu toate acestea ea era împăcată cu sine pentru că cel puțin făcuse tot posibilul să discute cu el această problemă.

Ca și în cazul lui Rosenthal, înțelegerea intuitivă se dovedise a fi leacul problemei. Lucrul acesta nu se întâmplă întotdeauna în terapie și unii dintre teoreticieni care figurează în această carte ar putea să aibă obiecții majore față de ideea că înțelegerea intuitivă este suficientă pentru a produce schimbări de durată. Dar, în ambele cazuri, dezvăluirea sursei amintirilor inconștiente și reprimate le-a permis atât terapeutului cât și pacientului să lase trecutul în urma lor.

Prostituata de optzeci şi doi de ani

ay Haley este, cu siguranță, unul dintre cei mai influenți teoreticieni din secolul trecut. Cercetările sale asupra schizofreniei, pe care le-a efectuat la începutul carierei, au avut un caracter revoluționar, insistând, asupra faptului că pat-tem-urile de comunicare disfuncțională în cadrul familiei îi fac pe unii oameni să o ia razna. Mai târziu, a întemeiat o școală de terapie strategică care se baza pe cercetările pe care le efectua el, ca și pe consultațiile cu unii dintre cei mai inovatori gânditori ai timpului său.

Genul de terapie de familie pe care îl practica Haley pornea de la principiul că oamenii se blochează atunci când se încăpățânează să facă lucruri care nu merg. Strategia lui era să (1) îi ajute pe clienți să identifice acele probleme care pot fi rezolvate mai ușor, (2) să re-formuleze aceste dificultăți pentru a fi mult mai ușor de schimbat, (3) să conceapă intervenții pentru a dezagrega pattem-izn'Ze comunicaționale disfuncționale ale părinților, (4) să facă modificări în plan în acord cu reacțiile generate de acesta. Ca terapeut, Haley era provocator, puternic și creativ, dincolo de tot ce s-a văzut până acum în acest domeniu.

Numeroasele publicații ale lui Haley se întind pe mai bine de patru deceni și acoperă o serie de domenii importante. în calitate de biograf intelectual al mentorului său, Milton Erickson, Haley a făcut cunoscute publicului metodele de terapie de scurtă durată prac-

ticate de acesta în cărți cum ar fi: Uncommon Therapy (Terapie neobișnuită) și Conversation with Milton Erickson (Stând de vorbă cu Milton Erickson). De asemenea, el a descris stilul său unic de terapie, în Problem-Solving Therapy (Terapia pentru rezolvarea problemelor), Ordeal Therapy (Terapia cu cazne) și Techniques of Familly Therapy (Tehnici ale terapiei de familie). Mulți dintre foștii clienți ai lui Haley ar putea să spună că uneori acesta se comporta mai ciudat decât ei, care aveau probleme.

Când am vorbit cu Haley, avea șaptezeci și opt de ani și era pe cale de a se pensiona. Preocupările sale vizau în primul rând instructajul video pentru terapeuți. Această conversație s-a dovedit a fi mult mai mult decât o simplă discuție despre unul dintre cazurile sale — ea a fost mai degrabă o retrospectivă a vieții sale profesionale.

Haley își amintea de o vreme când superviza un student care lucra cu un cuplu. El a fost de fapt unul dintre pionierii care au dezvoltat o metodă de terapie în care pacientul era supravegheat din spatele unei oglinzi transparente, terapeutul intervenind numai pentru a direcționa cursul tratamentului.

Era vorba de un cuplu în care ambii parteneri păreau extrem de nefericiți.

— Și ce e așa de neobișnuit în asta? l-am întrebat pe Haley. La urma urmei, oamenii vin la terapie de familie, tocmai din acest motiv.

— Ei se certau foarte mult, oriunde se duceau, a explicat el. Se certau acasă. Se certau și în prezența mea. Dar cel mai des se certau de față cu mama soției. Așa că a trebuit să le cer ca data viitoare să vină cu mama lor.

Haley este renumit pentru genul acesta de intervenții directe destinate obținerii unei mai bune comunicări între membrii familiei și în special ajustării distribuției puterii în cadrul ei. Așa cum am menționat deja, el este de asemenea cunoscut pentru introducerea unor „cazne", sarcini terapeutice care sunt o adevărată pacoste pentru pacienți, astfel încât aceștia ajung

să se vindece singuri numai ca să evite să se întoarcă pentru a primi alte instrucțiuni.

Când Haley le-a cerut celor doi să o aducă pe mama lor de optzeci și doi de ani la următoarea ședință, nici unul dintre ei nu a părut încântat de această idee. Haley se întreba care să fie motivul reticenței lor. A reieșit că această

femeie de optzeci și doi de ani era o prostituată care încă își mai câștiga existența oferind servicii bătrânilor domni și chiar unora mai tineri pentru care sexul cu o asemenea mamaie era o sursă de senzații tari.

— Nici acesta nu e un lucru neobișnuit, am observat noi.

— Ea era foarte mândră de acest lucru. Nu îi plăcea să fie numită prostituată. Prefera mai degrabă eticheta de damă de companie, considerând că acesta este un nume mult mai onorabil pentru munca pe care o presta. De-a lungul anilor ea își făcuse o adevărată clientelă pe care nu voia să o lase de izbeliște.

— Ei bine, ce ai făcut cu familia asta? l-am întrebat noi.

— Nu am avut decât două ședințe cu ei. Am încercat să o integrăm pe mamă în familie, să-i oferim un rol mai mare în cadrul acesteia, de vreme ce ambii soți păreau să o respecte foarte mult. Lucrul acesta a părut să meargă destul de bine.

Haley reușise să-i ajute pe cei doi să se împace în așa fel încât cearta nu a mai fost un mijloc de comunicare profitabil pentru nici unul dintre ei. Mama juca rolul de mediator, un fel de punte de legătură între cei doi.

— Singura problemă, a continuat Haley, era că nepoților nu le plăcea să meargă în vizită la ea și să găsească acolo câțiva bărbați așteptându-și rândul în sufragerie. Se pare că afacerea ei mergea destul de bine.

în cele din urmă, ei au stabilit o zi și un loc unde puteau să se întâlnească cu mama lor și să-i prezinte problemele pe care aceasta trebuia sa le medieze. Ei l-au sunat pe Haley pentru a-i spune că certurile lor erau din ce în ce mai rare. De asemenea, s-au înțeles cu mama lor să aibă grijă să nu mai fie vizitatori prin preajmă când nepoții veneau la ea, și acest lucru a făcut fericită pe toată lumea.

Optsprezece ani de analiză

L-am invitat pe Haley sa ne povestească alte cazuri ciudate pe care le-a avut de-a lungul a o jumătate de secol de practică terapeutică și supervizare.

— Când am început să practic terapia, ne-a spus Haley, unul dintre primele cazuri pe care le-am avut a fost al unei doamne care era în analiză de optsprezece ani. Ceea ce s-a întâmplat a fost că ea se supărase pe soțul ei și s-a dus la analiză, și tot acolo se mai afla încă și după optsprezece ani.

— Și mai era încă cu soțul ei? am întrebat noi.

— Da, dar când a venit la mine, era pe punctul de a-1 părăsi.

— Pe cine, pe analist sau pe soț?

— Pe amândoi. Era un acord global. Dar în cele din urmă ea nu a reușit să facă nimic.

Ceea ce l-a uimit pe Haley la acest caz a fost nu numai că cei optsprezece ani de analiză nu au ajutat-o prea mult pe această femeie dar și că, din câte se părea, nu i-au făcut nici prea mult rău.

— Cele două relații ale ei erau legate între ele. Ea nu putea să se descurce cu una fără ajutorul celeilalte.

— Așadar, ce s-a întâmplat?

— Ea nu a mai venit la mine.

— De ce?

— Pentru că i-am spus să-l părăsească pe analistul ei.

Lui Haley nu i-a venit pur și simplu să creadă ce lucruri pot fi făcute sub masca terapiei.

— Era un fel de mariaj în trei. De fapt, soțul nu era tot atât de important pentru ea ca analistul.

Cuplul căruia îi plăcea să țipe

Pentru Haley, cele mai remarcabile cazuri erau cele care îl provocau, cazările foarte dificile sau cazurile care veneau cel puțin cu noi moduri de a-1 pune la încercare. El își amintește în spe-

cial de un cuplu în care cei doi parteneri se certau foarte mult. Haley nu a putut să facă nimic să-i oprească. Aceasta spune multe, având în vedere că Haley era cel care a inventat strategii paradoxale în care li se cerea uneori clienților să facă ceea ce făceau deja oricum — de exemplu, să se scoale la trei dimineața și să se certe vreme de o oră înainte de a se duce din nou la culcare.

— Ei au venit să mă vadă, a spus Haley, și imediat ce s-au așezat au început să țipe unul la celălalt. Timp de o oră am încercat să-i calmez, până când a venit timpul ca ei să plece. Următoarea săptămână am luat-o de la capăt. Am încercat tot ce s-a putut — le-am prescris simptomele lor; le-am cerut să țipe mai tare, apoi mai încet; am încercat să-i separ. Le-am cerut să nu se mai uite unul la celălalt. Apoi am început să țip eu la ei. Le-am spus că sunt niște amatori și dacă vor cu adevărat să fie buni în ceea ce fac trebuie să practice mai mult. Nimic nu a mers. Pur și simplu le plăcea să țipe. Nu am văzut niciodată ceva de genul acesta.

— Având în vedere că ești un tip inventiv, nu ai putut totuși să faci nimic pentru ei?

— O dată am încercat să pun capăt ședinței mai devreme, și asta i-a înfuriat teribil. Ei s-au simțit păcăliți pentru că voiau să dispună de mai mult timp ca să țipe. Pentru ei, biroul meu era un loc unde puteau să strige unul la celălalt în siguranță. în ce mă privește, trebuia să hotărăsc dacă îmi convenea sau nu lucrul acesta.

— Și ce ai hotărât?

— Nimic. Pur și simplu nu îmi mai venea nimic în minte. Eram exasperat.

Haley și-a reamintit acest caz tocmai pentru că se simțise înfrânt. în ciuda talentelor și a experienței sale, nu a putut să facă nimic ca să-i oprească din ceea ce făceau.

Asemenea rezultate neconcludente au fost totuși rare în cariera lui Haley, și asta pentru că el nu este de acord cu cei care cred că există o linie de demarcație clară între ceea ce este normal și ceea ce este anormal. Principala lui preocupare nu este aceea de a detecta ceea ce este ciudat în comportamentul oamenilor, ci ceea ce este funcțional.

Nebun sau șomer?

Chiar la începutul carierei lui, Haley lucra cu Gregory Bateson și cu alții la o cercetare despre baza socială a schizofreniei. Ei considerau că această condiție nu este o boală biologică ci un fenomen social influențat într-o măsură importantă de pattern-urile de comunicare familială.

— îmi aduc aminte că o dată am fost abordat de un psihiatru, ne-a spus Haley. El a venit la mine din partea Spitalului Administrației Veteranilor.

„Am înțeles că studiezi comunicarea", i-a spus doctorul. „Ei bine, eu am un pacient care comunică într-un mod foarte ciudat."

Haley s-a oferit să-l consulte pe acel om și să vadă ce se poate face.

— Am stat și am discutat cu el și am aflat că avea o poveste foarte interesantă și deosebit de încurcată. Ședințele noastre de terapie au durat cinci ani. în acele vremuri, acesta nu era un lucru neobișnuit, în special în cazul unor persoane care aveau probleme cronice și foarte greu de tratat.

Și în acest caz, Haley a încercat să facă tot posibilul să-și ajute clientul, dar rezultatele au fost foarte modeste. Omul susținea că venea de pe Marte. El folosea o duzină de nume false diferite, toate în limbaj marțian. Haley și-a dat seama că nu vor ajunge nicăieri.

Apoi, într-o zi, se afla în salonul acestui individ, vorbind cu el și încercând să înțeleagă ceva din răspunsurile lui. La un moment dat, a auzit în camera alăturată cum un alt terapeut își intervieva pacientul. A ciocănit la ușă și i-a sugerat terapeutului că de vreme ce nici unul dintre ei nu înțelege ce spune pacientul său, poate că ar trebui să-i lase să-și facă reciproc terapie. Au încercat acest lucru și părea că merge foarte bine. Cei doi au început să-și bolborosească unul altuia ceva pe limba lor. Și fiecare părea că înțelege perfect ceea ce spunea celălalt. Atât pentru Haley cât și pentru celălalt terapeut aceasta nu era decât o conversație foarte bizară. Dar cei doi pacienți se purtau ca și cum ar fi fost doi prieteni care nu se mai văzu-

seră de mult timp și care își povesteau ce făcuseră de când se văzuseră ultima oară. Acești doi indivizi, inabordabili și aparent necomunicativi, reușeau să aibă o conversație care pentru ei era veselă și plină de sens — fapt care l-a învățat pe Haley un lucru crucial despre comportamentul uman și pretinsa patologie.

— Acest om trăia izolat de restul lumii. Am încercat tot ce știam eu pentru a-1 face să înțeleagă anumite lucruri. L-am pus pe bietul om să treacă prin toate aceste încercări, iar el a acceptat pentru că se plictisise de moarte să stea pe margine. Când am început terapia cu el, m-am interesat de familia lui și de modul în care ajunsese la spital. Se pare că în tinerețe fusese găsit într-o vale, după toate aparențele, beat. L-au arestat iar în dimineața următoare au constatat că nu se trezise din beție. Vorbea tot timpul într-o limbă ciudată. Când a fost întrebat unde lqcuiește, a răspuns că vine de pe Marte.

Acesta a fost cazul care l-a învățat pe Haley să fie mult mai pragmatic în abordarea pacienților. Ca urmare a acestui caz, el a abandonat terapia convențională, cu tot ce presupunea ea la acea vreme — interpretarea viselor, analizarea transferurilor și așa mai departe. El a început să considere problemele pacienților ca pe niște metafore.

— Acest individ folosea metafore într-un mod foarte interesant, și-a amintit Haley. Uneori nu voia să vorbească, așa că a trebuit să inventez tot felul de situații pentru a-1 aborda. L-am invitat să luăm masa în oraș. L-am dus la magazine. Stătuse atât de mult închis în spital că nu mai știa cum să se poarte în lume. M-am hotărât să-l ajut în acest sens. Bietului om i se făcuse terapie de șoc în fiecare săptămână, așa că era foarte dezorientat. Nici după tot timpul acesta petrecut împreună, nu am putut să aflăm care era numele lui real sau de unde provenea. în cele din urmă am reușit să descopăr că provenea de undeva din Northwest. După oarecare eforturi am ajuns cumva să dau și de urma orașului său natal și i-am contactat părinții. Tatăl lui i-a trimis un bilet, după care bietul meu pacient a plecat brusc acasă. Ajuns în oraș, el a intrat într-o mașină, a stat acolo pentru o vreme, după care a fost arestat. Ta-

tăi s-a dus să-l scoată din închisoare, l-a spus că mama lui murise chiar în dimineața aceea. Ce trist! După atâția ani el nu a reușit să ajungă să-și vadă mama.

Haley a continuat să urmărească cazul acestui bărbat, în special după ce acesta a aterizat din nou la spitalul AV. Pe cât de mult ura să fie instituționalizat, pe atât îi plăcea să-și petreacă timpul cu terapeutul lui, singura relație solidă pe care o avusese în viață. în cele din urmă, el a reușit să-și găsească un loc de muncă, deși îi rămăsese diagnosticul de schizofrenie cronică. Haley a considerat că pacientul său era vindecat — căci poate că arta reprezintă vindecarea: când cineva reușește să-și găsească o slujbă și să trăiască pe propriile picioare. Pentru cei de la spitalul de boli mentale, individul acesta era nebun; Haley a considerat pur și simplu că are de-a face cu un șomer.

Toate cazurile pe care ni le-a povestit Haley — despre prostituata de optzeci și doi de ani, despre cuplul isteric, despre omul de pe Marte — au fost pentru el tot atâtea lecții despre varietatea comportamentului uman și despre acomodările necesare pentru a reuși să-i ajuți pe oameni să-și îmbunătățească viața. Ca urmare a acestor experiențe, el a putut să dezvolte intervenții strategice — cum ar fi reformularea, care presupune redefinirea problemelor curente în așa fel încât ele pot să fie rezolvate mai ușor. La urma urmei, ce poți să faci pentru cineva care pretinde că vine de pe Marte? Haley a încetat să-și mai considere pacienții nebuni, deranjați sau în orice alt fel în afară de acela că încercau să comunice într-un mod metaforic original. într-o carte despre cazuri neobișnuite, cu siguranță Haley se remarcă drept unul dintre cei mai neobișnuiți terapeuți.

Salvat de o stafie

tephen este un asistent social care are o pregătire soli-

__dă în câteva domenii foarte largi. în timpul facultății

el a studiat ingineria și chimia, dar în cele din urmă a optat pentru științele sociale, mai precis, pentru psihologie și lingvistică. în domeniul terapiei a urmat de asemenea mai multe specializări — mai întâi terapia Gestalt și psihodrama, apoi analiza tranzacțională, terapiile corpului, programare neurolingvistică și hipnoza ericksoniană. Scrierile lui în domeniu reflectă această pregătire eclectică, combinând trăsăturile câtorva abordări în vederea unei înțelegeri mai profunde a hipnozei și a schimbării transformatoare. Printre cele mai cunoscute cărți ale sale se numără: Practicai Magic (Magia practică); The Answer Within (Răspunsul dinlăuntru); Enchantment and Intervention in Familly Therapy (Magie și intervenție în terapia de familie) și Tales of Enchant

ment (Povești despre magie).

Steve locuiește în Phoenix, Arizona, unde lucrează ca terapeut,

instructor și consultant organizațional.

— Un caz? a exclamat Lankton la începutul discuției. Trebuie să aleg numai un caz? Dar am avut atâția pacienți inte-resanți! Cum o să reușesc să aleg doar unul?

— La care cazuri te gândești? am întrebat noi.

Primul caz care i-a venit în minte a fost al unei femei care

îi fusese recomandată de un medic fiindcă nimeni nu reușise să facă ceva pentru ea. O bună parte dintre pacienții pe care-i primea Lankton erau trimiși de medici sau de alți terapeuți care, puși în încurcătură de ciudățenia cazurilor respective, renunțaseră la ele. Ceea ce-i rămânea de făcut lui Steve era să încerce strategii alternative, creative care, probabil, nu le trecuseră prin minte celorlalți practicieni.

Femeia cu un puls dureros

„Așadar, care este problema?" a întrebat-o Lankton pe femeie imediat ce aceasta a luat loc pe un scaun în biroul lui.

„Am o pulsație foarte dureroasă la încheietura mâinii stângi pe care o suport foarte greu. Nimeni nu a putut să facă ceva în privința asta."

„Ai consultat un medic?" a spus Lankton, întrebându-se de ce fusese trimisă la el femeia aceasta.

„Da, bineînțeles, am consultat o mulțime de doctori, dar nici unul dintre ei nu a putut să mă ajute. Și pulsația aceasta doare atât de mult că abia o mai suport."

„Pulsația?"

„Da, e ca o pulsație de durere pe toată partea stângă."

„Da, sună îngrozitor, dar nu sunt sigur că înțeleg la ce te referi când spui pulsație."

„Dă-mi voie să-ți spun ceva" a șoptit ea pe un ton conspirativ, „ce nu am mai spus nici unui alt doctor. După felul cum te porți cu mine, sunt sigură că tu nu o să mă crezi nebună."

„Ce vrei să spui?" a întrebat-o curios Lankton.

Ea a ezitat un moment.

„Știi, e vorba de niște povești ciudate."

„Și tu ai o asemenea poveste?"

Ea a încuviințat din cap cu gravitate.

„Vezi, eu am murit în sala de operații. Nu am mai spus și celorlalți medici despre asta pentru că mi-am dat seama că or să creadă că mi-am pierdut mințile."

„Ai murit? Ei bine, povestește-mi tot ce s-a întâmplat."

„Uf! Am fost moartă clinic. Mi s-a oprit inima și, mă rog, toate celelalte. Eram conștientă de faptul că doctorii se aflau lângă mine încercând să mă resusciteze, pentru că auzeam sunetul acela înalt al aparatelor care indică faptul că persoana în cauză nu mai respiră și nu mai are puls. Simțeam că plutesc undeva deasupra așa că puteam să mă uit în jos la toți doctorii aceia din sala de operație care se agitau în jurul meu încercând să facă ceva pentru a-mi recăpăta pulsul."

„Cum te simțeai", a întrebat-o Lankton, „când te uitai în jos la tine?"

„Mă simțeam calmă, liniștită. împăcată."

„Da, e de așteptat în asemenea situații. Și ce altceva mai simțeai?"

„Speram doar că ei vor putea să-mi redea pulsul."

„Și ce s-a întâmplat?"

Ea a dat din umeri.

„Singurul lucru pe care mi-1 mai amintesc este că m-am trezit în sala de reanimare. Eram din nou în viață. Dar aveam această durere în puls cu care am rămas de atunci. Numai pe partea stângă."

Steve s-a gândit un moment, după care a anunțat-o că el crede că poate să-i rezolve problema. După ce a introdus-o în transă, el i-a cerut să se întoarcă la sala de operație. Când a ajuns în momentul în care plutea deasupra doctorilor între-bându-se dacă aceștia o vor aduce înapoi la viață sau nu, Lankton i-a cerut să reducă sensibilitatea pulsului ei o dată ce acesta i-a fost restabilit. El și-a dat seama că ea se întorsese din morți cu o fiziologie hipersensibilă pe o parte a corpului, așa că nu a făcut decât să-i ceară să-și potrivească butonul de volum, ca să zicem așa.

— Și acesta a fost sfârșitul durerii ei, a încheiat simplu Lankton. Să mai spun ceva despre acest caz sau să povestesc altul?

Ce altceva mai ai? l-am întrebat noi.

Ea voia să țină telefonul în frigider

Lankton ne-a povestit cazul unei alte femei care era extrem de deprimată și care avea tendințe suicidale. Trăia singură, izolată de restul lumii. Când a venit la el prima dată, era practic mută. Părul îi atârna peste față ca și cum ar fi vrut să se ascundă în spatele lui. Vorbea foarte rar și răspunsurile ei erau toate prea scurte. Uneori era greu să înțelegi ce spunea, mai ales că vorbea încet. Au urmat câteva săptămâni de terapie în decursul cărora Violet, pacienta lui, a făcut o serie de schimbări importante. Treptat, ea și Lankton au reușit să facă progrese la ședințe. Dar într-o zi, Violet a început să se plângă de faptul că o deranja când suna telefonul — era prea mult zgomot. La un moment dat a murmurat ceva de genul că telefoanele ar trebui băgate în frigider pentru a nu mai face atâta gălăgie. Pur și simplu ura să audă telefonul sunând și tot ce voia era să fie lăsată în pace de cei care o sunau.

„E ciudat", i-a spus Lankton.

„Ce? Să-mi pun telefonul în frigider?"

„Nu", a răspuns el. „Nu mă gândeam chiar la asta. Dar mi-am amintit că este a doua oară îh ultimele două săptămâni când spui ceva neobișnuit despre frigidere. Care să fie explicația?"

Femeia a dat din umeri. Dar ceva era declanșat de către imaginea frigiderului. în cele din urmă ea nu a reușit să readucă acea amintire, așa că a decis să-i întrebe pe cei din familia sa despre acest lucru. Poate că ei știau ce declanșa acea asociere.

Când a întrebat-o pe mama ei dacă în trecut s-a întâmplat ceva în familia lor care avea legătură cu frigiderele, aceasta a izbucnit în lacrimi și a ieșit din cameră. Asta era chiar ciudat, s-a gândit ea. Apoi a sunat-o pe sora ei pentru a încerca să afle ceva de la ea.

„Nu-ți mai aduci aminte?" a spus sora ei. „Când aveai doi ani aproape că era să mori în frigider. Când te-am găsit în cele din urmă, erai practic o minge de gheață. Mult timp după asta nu ai mai fost în stare nici măcar să vorbești."

în seara când a venit din nou la terapie, ea i-a povestit lui Lankton ce aflase. El a ajutat-o să se întoarcă în timp până la vârsta de doi ani. Era aniversarea surorii ei. Se simțea ignorată și neglijată, așa că s-a dus în garajul vecinilor și s-a jucat cu cutiile de acolo. La un moment dat ea s-a urcat într-o cutie cu pereții lucioși și rece pe dinăuntru. Ușa s-a trântit în urma ei și s-a făcut întuneric beznă. Dintr-o dată ea s-a așezat în poziția pe care o avusese atunci, cu genunchii strânși Ia piept și cu mâinile în jurul gleznelor. La fel ca în ziua aceea, părul i-a căzut peste față. A devenit complet mută și nemișcată. De data aceasta însă, Lankton a încurajat-o să facă gălăgie și să țipe în loc să aștepte pur și simplu să fie salvată.

Violet a țipat și a țâșnit de pe scaun ca și cum ar fi fost proiectată de un arc. A aterizat pe jos și a început să se târască pe podea ca o cârpă umedă de vase, scoțând sunete ciudate. Dar cel puțin făcea zgomot în loc să-și accepte neputincioasă soarta. Acum era furioasă și speriată. Și — vorbea! După aceea s-a schimbat complet — nu a mai fost niciodată atât de deprimată, de neajutorată și de mută.

— Ce spuneți de acest caz? ne-a întrebat Lankton. Vreți mai multe detalii despre el?

— Foarte interesant, am răspuns noi. Ce altceva mai ai?

Șifonierul

/

Lankton primea în mod regulat pacienți recomandați de psihiatri locali sau de medici. îi plăcea să lucreze cu aceștia pentru că erau foarte motivați și fuseseră bine pregătiți de doctorii lor cu privire la ceea ce trebuiau să se aștepte.

Peter era un tip la vreo treizeci de ani, îmbrăcat neglijent dar curat. După înfățișare părea să fie muncitor, probabil mecanic sau instalator. Era un tip dintr-o bucată, puțin cam scep-

tic în privința valorii hipnozei. Cu unsprezece ani în urmă, el avusese un accident de mașină în urma căruia rămăsese cu o durere cronică. Ca și alți oameni aflați în situația lui, era disperat pentru că tot ce încercase să facă până atunci în privința acestei dureri se dovedise inutil. Și cu toate acestea, nu prea avea încredere în ideea că durerea lui cronică ar putea fi realmente controlată de către mintea lui. Era un individ care era obișnuit să rezolve problemele înlocuind părțile stricate. în cele din urmă el a fost de acord să dea hipnozei o șansă.

„Nu am nimic de pierdut", a spus el, „nu-i așa, doctore?"

Lankton preferă să folosească o formă de autohipnoză care face posibil ca persoana respectivă să reintre mai târziu singură în starea de transă pentru a putea practica metodele de control al durerii. Când cineva ca Peter de exemplu nu este educat anume pentru hipnoză, strategia lui Steve este să ajute persoana respectivă să aleagă o imagine sau un

obiect din copilărie, care poate fi folosit ca un instrument meditativ şi la care el se poate reîntoarce mai târziu. De obicei oamenii vin cu imagini de genul celei care îi înfăţişează stând într-o barcă la pescuit.

„Peter", a început Lankton transa, „aş vrea să închizi ochii şi să te gândeşti cât se poate de atent la o perioadă anterioară accidentului de maşină, dinainte să ai dureri, şi în care te-ai aflat într-o situaţie pe care ai trăit-o atât de intens încât a rămas vie în mintea ta. Poate să fie vorba şi de nişte obiecte care ţi-au produs o senzaţie de confort când te aflai în acea situaţie."

„Mda", a spus Peter fără să ezite. „Mi-a venit una în minte."

Răspunsul lui instantaneu l-a surprins pe Lankton, pentru că de obicei oamenii au nevoie de unul sau două minute pentru a alege imaginea potrivită.

„Bine", a continuat Lankton cu o voce blândă. „Vreau să te gândeşti la acea imagine sau acel obiect ca la o experienţă pozitivă."

Peter a spus că este de fapt un obiect pozitiv. Procesul de inducere în transă a continuat, Lankton cerându-i pacientului să se lase din ce în ce mai mult absorbit de acea imagine.

„Uită-te atent la acel obiect", l-a instruit Lankton. „Urmează liniile acelei experienţe în timp ce examinezi atent obiectul. Uită-te atent la înălţimea lui... la întindere... la adâncime şi la culorile pe care le vezi. Ia aminte la senzaţia pe care o ai acum şi pe care nu ai sesizat-o la vremea respectivă... la relaxarea şi la plăcerea pe care le simţi. Lasă-ţi mintea să recheme lucrurile la care te gândeai atunci şi orice sunet pe care l-ai auzit."

Această introducere în starea de transă s-a transformat într-o şedinţă pentru controlul durerii care a durat douăzeci de minute. Lankton a încercat să-l ajute pe Peter să-şi reîmprospăteze memoria astfel ca mai târziu să poată reuşi să intre din nou în transă. Apoi, Lankton i-a oferit lui Peter sugestii pentru a-1 ajuta să înlocuiască senzaţiile de durere cu mijloacele de a se disocia pe sine de senzaţiile acelea neplăcute.

După ce Peter s-a trezit din transă, Lankton a trecut la o evaluare a impactului pe care această procedură l-a avut asupra pacientului său. înainte de a trece la tehnici mai profunde, era important ca Lankton să aprecieze măsura în care hipnoza a funcţionat.

Peter a deschis ochii şi s-a uitat în jur.

„E uluitor", a spus el, cu o expresie foarte buimacă.

„Ce anume?"

„Ciudat. Nu mai simt nici un fel de durere. Pur şi simplu a dispărut! O, a mers. Sunt foarte surprins."

„Şi eu", a recunoscut Lankton. „De obicei, oamenii nu răspund atât de repede la hipnoză. Trebuie ca lucrul asupra căruia te-ai concentrat să fi fost de-a dreptul memorabil şi, cu siguranţă, a avut un impact considerabil asupra ta."

„Da, aşa a fost."

Lankton era foarte curios să afle despre ce fusese vorba, dar pentru că Peter nu părea dispus să ofere vreo explicaţie, s-a gândit că poate ar fi mai bine să o lase baltă. Lankton voia, pe de o parte, să afle dacă imaginea selectată de Peter era potrivită pentru ceea ce urmăreau ei (deşi era greu să argumentezi în situaţia în care experienţa părea să fi avut succes), dar era şi curios să vadă ce anume mersese atât de bine.

„Peter, crezi că ai putea să-mi spui şi mie la ce te gândeai?"

„La un şifonier."

„Un şifonier? Vrei să spui un dulap pentru haine, unde se ţin puloverele şi şosetele?"

„Da. Aveam unul în camera mea când eram copil."

De-a lungul anilor, Lankton auzise de la pacienții săi o mulțime de lucruri pe care ei le selectaseră în vederea hipnozei, dar cu siguranță că alegerea pe care o făcuse Peter era cea mai neobișnuită dintre ele.

„Șifonierul acesta de care vorbești avea ceva special?" l-a întrebat el pe pacientul său. „Trebuie să fi fost foarte frumos."

„Nu, era chiar un șifonier obișnuit. Din lemn. Cu sertare. Nimic deosebit."

Hotărându-se să fie mult mai direct cu acest individ atât de realist, Lankton l-a îndemnat pe Peter să-i explice de ce își alesese acest șifonier obișnuit pentru relaxare.

„Ei", a spus el pe un ton nehotărât, care indica că nu era deloc dispus să vorbească despre asta. „Ține de un lucru care mi s-a întâmplat în copilărie. Totul a fost atât de ciudat."

Intrusul

Neputând să-și stăpânească curiozitatea, Steve i-a cerut lui Peter să-i povestească despre această întâmplare.

„Aveam opt ani și mă aflam în dormitorul meu. Părinții mei dormeau într-o cameră situată în partea cealaltă a holului. Casa în care locuiam era cam dărăpănată. Tavanele și pereții aveau o tencuială groasă, de câțiva centimetri. Camera mea era separată de hol printr-o ușă foarte grea. Am închis ușa, mi-am îmbrăcat pijamaua și m-am băgat în pat."

Ajuns aici, Peter s-a oprit neștiind dacă să continue sau nu.

„Asta e tot?" a întrebat Lankton nevrând să-l preseze dar foarte curios să afle ce se întâmplase mai departe.

Peter a scuturat din cap.

„Așadar, eram în pat și abia închisesem ochii când am auzit ceva."

„Ai auzit ceva?"

„Da. Nu știu dacă adormisem deja sau nu, dar când am deschis ochii am văzut un tip care stătea la capătul patului meu. Nu am mai fost niciodată atât de speriat."

„Trebuie să fi fost îngrozitor."

„Crede-mă, chiar așa a fost."

„Ce s-a întâmplat mai departe?"

Nu era deloc ușor să scoți de la el întreaga poveste.

„Am țipat. Eram atât de surprins că țipătul mi-a ieșit imediat ce am deschis gura. Cel mai ciudat era că tipul stătea pur și simplu acolo uitându-se la mine și fără să scoată o vorbă. Așa că am țipat din ce în ce mai tare."

Inginerul

Tatăl lui Peter a dat buzna în cameră întrebându-se ce naiba se petrecea acolo.

„Tată, tată", a scâncit Peter. „A fost un om în camera mea. Pe cuvânt. Stătea chiar acolo", a spus Peter arătând către capătul patului.

„Cum adică a fost un individ în camera ta?"

Tatăl lui Peter a început să se uite în jur încercând să vadă dacă cineva ar putea fi acolo. El a observat că fereastra era închisă, la fel şi uşa de la debara.

„Tată, pe cuvânt, a fost un bărbat aici. Era chiar acolo."

„Cum arăta?" a întrebat el, neştiind ce altceva să spună.

„Arăta ca cineva care lucrează la căile ferate. Avea o salopetă cum poartă cei care conduc trenul. Avea barbă şi o pălărie în dungi. Şi mai avea ceva pe haine — un fel de unsoare sau funingine."

„Vrei să spui ca un inginer de la căile ferate?"

„Da, da!", a exclamat Peter bucuros că tatăl lui părea să înţeleagă. „Şi avea o lanternă."

„Uite ce e, dragule", a încercat tatăl lui să-l liniştească, „probabil că ai visat urât. Du-te înapoi în pat."

„Nu, tată, ascultă-mă! îţi spun, chiar că a fost un individ aici."

Dându-şi seama că tatăl lui nu-1 crezuse, Peter a început să fie din ce în ce mai neliniştit.

„Bine, bine, băiatule. Haide să căutăm sub pat şi în debara şi după aceea poţi să te duci la culcare/'

„Tată, te rog!" a insistat Peter. „Trebuie să mă crezi! îţi spun că era un individ de la căile ferate cu barbă şi pălărie şi cu o salopetă veche murdară de un fel de unsoare albastră. Şi purta o cămaşă ciudată, dintr-un fel de stofă şi..."

Ceva din descrierea aceasta l-a făcut pe tatăl lui Peter să încremenească în timp ce se îndrepta spre uşa camerei. Era ceva familiar în legătură cu acest individ misterios. în cele din urmă s-a mulţumit să dea din umeri şi l-a invitat pe Peter să vină să doarmă în camera părinţilor.

Aşa că Peter s-a băgat în pat între mama şi tatăl lui. Abia se aşezaseră când au auzit cu toţii un trosnet asurzitor, ca o explozie, care a zguduit toată casa. Cu mare atenţie, ei s-au dus să cerceteze casa şi au descoperit că dormitorul lui Peter, în care acesta fusese chiar cu un minut mai devreme, era complet distrus de tencuiala care se prăbuşise de pe tavan. Bucăţi mari de tencuială precum bolovanii căzuseră şi zdrobiseră tot ce se afla în cameră. Patul în care dormise Peter fusese complet distrus. Acvariul era spart în mii de bucăţele, iar peştii săreau pe podea. Scaunul, noptierele, jucăriile — totul fusese zdrobit. Singurul lucru care rămăsese întreg era şifonierul. în-tr-un mod miraculos, acesta nu numai că nu fusese distrus dar nu avea nici o zgârietură. Toată camera era în ruină, numai şifonierul stătea acolo ca o insulă protejată.

Fotografie de familie

„Asta nu e tot, nu-i aşa?" l-a întrebat Lankton nerăbdător. Desigur, acum el înţelegea foarte bine cum a ajuns Peter să se aţaşeze de şifonier care a devenit pentru el o imagine a siguranţei. Dar din nou Peter avea reţineri să continue.

„Nu", a recunoscut Peter. „Ar mai fi ceva."

„Vrei să povesteşti mai departe?"

„Intr-un târziu ne-am dus înapoi la culcare", a continuat Peter. „în dimineaţa următoare când m-am sculat l-am auzit pe tatăl meu cum cotrobăia prin mansardă. M-am gândit că s-a dus să vadă cât de mult era afectată casa după dezastrul din noaptea trecută. Dar imediat ce a auzit că m-am trezit m-a chemat."

„Peter", m-a strigat el, „vino până aici sus."

Peter a urcat scările care duceau la mansardă. Odată ajuns sus, l-a văzut pe tatăl lui cum scormonea într-un cufăr

vechi. A scos de acolo o casetă veche de piele în genul celor în care se păstrează poze.

„Ce ai acolo, tată?"

„Vino aici, băiete. Vreau să-ți arăt ceva."

Tatăl lui Peter a deschis caseta, care s-a dovedit a fi un album cu fotografii. între fotografiile de familie era o poză cu un grup de oameni. Toți erau lucrători la căile ferate cu salopete și căști.

Lui Peter i-a atras imediat atenția individul care stătea în rândul din față, al treilea de la stânga.

„El este", a țipat Peter. „El este individul care a fost în camera mea noaptea trecută!"

Tatăl lui Peter și-a acoperit fața cu mâinile, încercând să-și mascheze astfel suspinele. Peter era foarte înspăimântat, aproape la fel ca și în noaptea trecută, pentru că nu-1 mai văzuse niciodată pe tatăl său plângând. Cu siguranță că ceva îl supăra foarte tare.

„Tată, ce s-a întâmplat?" a întrebat Peter, gata să intre în panică.

„Omul pe care l-ai arătat tu", a spus el ștergându-și lacrimile de pe obraji cu mâna, „este tatăl meu. Bunicul tău. A murit când eu aveam opt ani, exact cât ai tu acum."

Povesti cu fantome

X

Auzind partea aceasta a poveștii, Lankton a simțit cum îl trece un fior rece pe șira spinării.

„Doamne, Peter, asta este ca în poveștile cu fantome. Bunicul a fost separat de tatăl tău de o moarte prematură când tatăl era de vârsta ta. E ca și cum spiritul lui nu ar putea să se odihnească până când el nu-și va fi făcut oarecum datoria, veghind ca lucrurile să meargă bine în lume. El s-a întors exact când erai de vârsta tatălui tău ca să te salveze de la o moarte sigură. E cutremurător, Peter!"

Peter s-a uitat un moment la Lankton cu o mină foarte serioasă și i-a spus:

„Nu cred în poveștile cu fantome!"

„Nu crezi în poveștile cu fantome?"

Peter a scuturat din cap.

„La naiba", a spus Lankton, „nici eu nu cred în așa ceva. Dar nici nu am trecut vreodată prin ce ai trecut tu."

Lankton a considerat că sarcina lui nu era să-l facă pe Peter să renunțe la convingerile lui, dar era uluit de ce putuse să spună. El trăise o poveste cu fantome iar acum susținea că nu crede în asemenea lucruri! Era de-a dreptul uluitor că o asemenea experiență nu reușise să-i zdruncine din temelii sistemul său de credințe. Chiar și astăzi, povestea asta încă îi dă fiori.

Peter s-a declarat mulțumit de tratament. El a spus că durerea îi dispăruse complet. El nu s-a mai întors niciodată, iar Lankton nu a reușit să afle ce s-a mai întâmplat cu el.

Violet, femeia care se făcea tot mai mică

Discutând despre finalul poveștii, ne-am întrebat ce s-a mai întâmplat cu femeia care a rămas închisă în frigider.

După această traumă din copilărie, Violet a avut parte de tot felul de întâmplări nefericite în viața ei. Din cauza

timidității sale excesive își pierdea foarte des locul de muncă. Avea un copil care se născuse diform. Soțul ei îi abandonase la puțin timp după aceea. Și în tot timpul acesta, ea a stat tăcută, exact așa cum fusese când rămăsese închisă în frigider.

După ce a avut acea experiență cathartică pe podea, care a făcut-o să depășească episodul cu frigiderul, Violet a început

să se întâlnească din nou cu bărbații. Ea era acum mult mai vorbăreață și mai fermă în atitudinea ei. La un moment dat a reușit chiar să-și dea frâu liber sentimentelor pe care le ținuse ascunse în ea toată viața. De asemenea, a reușit să facă progrese considerabile în fiecare aspect al vieții ei, așa că venise vremea ca ședințele să ia sfârșit.

Violet era extrem de reticentă în a pune capăt terapiei, de parcă acest lucru ar fi însemnat sfârșitul vieții ei.

„Cum aș putea să supraviețuiesc fără asta?" se întreba ea.

„O, Violet, cum ai putea să eșuezi? De fapt, până săptămâna viitoare, când sunt programate ultimele două ședințe, vreau să te gândești și să-mi spui cum ai putea să nu reușești să continui ce ai început."

La ultima lor ședință, Lankton a introdus-o în transă și i-a cerut să-și imagineze că au trecut trei ani. După ce a constatat că ea avea ochii închiși și era complet absorbită de această fantasmă, Lankton și-a dat jos jacheta și cravata și și-a pus un pulover pe care-1 ținea la birou. în momentul în care i s-a cerut să deschidă ochii, ea a văzut că terapeutul ei era îmbrăcat diferit, așa cum era de așteptat după trei ani.

Violet a enumerat toate succesele minunate pe care le avusese în cei trei ani. Părea fericită și comportamentul ei era complet schimbat față de ziua în care apăruse pentru prima dată la terapie și chiar față de cum era cu câteva minute mai devreme când se aflase în prezent. Perspectiva sa asupra viitorului era foarte optimistă.

„Acum, Violet, vreau să închizi din nou ochii", i-a spus Lankton, „și să te întorci în prezent. Anunță-mă când ești din nou aici."

în timp ce se întorcea din călătoria ei îh viitor, Lankton și-a schimbat din nou îmbrăcămintea, punându-și înapoi jacheta și cravata, astfel încât să arate exact ca atunci când intrase ea în birou.

Singurul lucru pe care Violet nu a reușit să-l rezolve satisfăcător a fost să-și găsească un loc de muncă stabil. în timp ce era în transă, Lankton i-a spus că acest lucru se va întâmpla „la timpul potrivit".

Câțiva ani mai târziu, Steve își făcea planul să renunțe la munca sa de la agenția de asistență socială. înainte de ultima zi de muncă, el a primit un telefon de la Violet care auzise de intențiile lui.

„Bună, sunt Violet", a spus ea la telefon.

„Bună!" a răspuns Lankton recunoscându-i imediat vocea. „Ce mai faci?"

„Trebuie să te văd", a spus ea. „Am auzit că pleci."

„Despre ce este vorba?" a întrebat-o el.

„E timpul potrivit", a spus ea, „să te văd."

Ea voia să-i spună că, într-adevăr, sugestia hipnotică pe care Lankton i-o inoculase cu mult timp în urmă — că ea își va găsi o slujbă potrivită când va fi pregătită pentru acest lucru — dăduse roade în cele din urmă, ca un ultim Stadiu al transformării lui Violet. Așa cum se dovedise și în cazul femeii cu puls dureros și al bărbatului care nu credea în povești cu fantome, transele hipnotice i-au permis lui Violet să-și rezolve o serie de probleme dificile pe care le avea de mult timp și care mai înainte se dovediseră rezistente la schimbare.

El va rămâne întotdeauna un negru

arnes Bugental este unul dintre cei mai influenți teoreticieni din domeniul psihoterapiei. Pasionat și consecvent, Bugental a continuat munca lui Carl Rogers, Rollo May

și Abraham Maslow, cu care el a lucrat, dezvoltând psihologia umanistă dincolo de rădăcinile ei pentru a cuprinde o abordare mult mai flexibilă, globală și comprehensivă din punct de vedere cultural. Cartea sa, Challenges of Humanistic Psychology (Probleme ale psihologiei umaniste), a rămas lucrarea clasică în domeniu de mai bine de. patruzeci de ani.

Recent, el a adunat într-un singur volum lucrările celor mai importanți teoreticieni și practicieni din domeniu, Handbook of Humanistic Psychology: Leading Edges in Theory, Research, and Practice (Manual de psihologie umanistă: Principii ale teoriei, cercetării și practicii). Printre alte lucrări importante ale sale. se numără Intimate Journeys: Stories of Life Changing Psychotherapy (Călătorii în sfera privată: Povestiri despre psihoterapia radicală); Psychotherapy and Process (Psihoterapie și proces); The Search for Existential Identity (în căutarea identității existențiale); The Search for Authenticity (în căutarea originalității); The Art of the Psychotherapist (Arta psihoterapeutului) și, cea mai recentă, Psychotherapy Isn't What You Think: Bringing the Psychotherapeutic Engagement into the Living Moment (Psihoterapia nu este ceea ce crezi: Aducerea

la zi a angajamentului psihoterapeutic). în cărțile sale Bugental se distinge prin modul original în care îi invită pe clienți, pe stu-denți ca și pe cititori să-și exploreze cele mai profunde experiențe

subiective.

Bugental este profesor emerit la Institutul Saybrook și la Școala Medicală Stanford.

Acest capitol este construit diferit față de restul capitolelor. La cei optzeci și șapte de ani ai lui, Jim Bugental mărturisește că nu-și mai aduce aminte de multe din cazurile sale.

— Au trecut atâția ani de când nu am mai practicat! ne-a spus el. E ca un loc în care am trăit cândva și care mi-a plăcut foarte mult, dar acum îmi este imposibil să mă mai întorc acolo.

Jim era o persoană foarte binevoitoare și dornică să ne facă pe plac, așa că în cele din urmă a fost de acord să arunce o privire asupra carierei lui trecute. Am descoperit însă că el nu prea avea mare lucru de spus despre foștii lui pacienți și voia mai degrabă să vorbească despre semnificația muncii sale de o viață.

Cu toate acestea, Bugental ne-a povestit despre un caz de care își aducea aminte cel mai bine. Era vorba de o femeie care se apropia de șaizeci de ani, divorțată, fără copii și care era secretara decanului colegiului. Era disperată. Avea tendința să alterneze momentele de depresie profundă care o paralizau cu cele în care își expunea diferitele ei necazuri într-un mod foarte teatral.

Ceea ce l-a surprins cel mai mult pe Bugental la această femeie a fost faptul că ea căuta să profite cât mai mult de pe urma terapiei fără să încerce să se implice prea mult. Acesta este un pattem obișnuit, dar în același timp a fost o provocare pentru el să o determine să se implice și mai mult.

„Fostul meu soț a venit noaptea trecută însoțit de noua lui prietenă", a spus ea pe un ton degajat, „și se aștepta ca eu să

mă port prietenos cu ea. îmi venea să-i iau pe amândoi la bătaie și să-i dau afară. Dar apoi m-am gândit că ar trebui să simulez o atitudine binevoitoare."

în timp ce povestea această întâmplare se simţea furia pe care o adunase în ea. Cu toate acestea reuşise cumva să se detaşeze de sentimentele ei şi să se poarte ca şi cum nu i-ar fi păsat deloc de această vizită. Bineînţeles, soţul ei era un ticălos insensibil, dar la urma urmei ce mai conta.

Femeia a continuat să se plângă de o mulţime de lucruri. Toate erau variaţii ale aceleiaşi teme: ea se străduia foarte mult dar oamenii nu o înţelegeau şi nu o apreciau. Ei profitau de ea. Cel mai rău era fostul ei soţ. Ei se certau în permanenţă, se despărţeau, după care se împăcau din nou, ca apoi să o ia iar de la capăt.

Am fost uimiţi să constatăm că acesta era un caz foarte obişnuit care ţinea de domeniul consilierii cuplurilor, că ne-am întrebat de ce, dintre miile de cazuri pe care le avusese la viaţa lui, Bugental îl alesese tocmai pe acesta.

Una dintre explicaţii era legată de momentul în care se ivise acest caz.

— A avut loc chiar la începutul carierei mele, imediat după ce am încetat munca la catedră. Abia începusem să lucrez cu normă întreagă, iar acesta a fost unul dintre primele mele cazuri.

O altă explicaţie ţinea de puternicul transfer pe care femeia îl dezvoltase faţă de Bugental şi de asemenea de sentimentele puternice pe care acesta le dezvoltase la rândul lui faţă de ea. Fără îndoială, toate acestea erau reacţii pozitive, având în vedere că uneori îi era foarte greu să lucreze cu ea. în permanenţă ea se plângea de viaţa pe care o avea şi îi povestea lui Bugental despre nenumăratele nedreptăţi care i se făcuseră. Acesta a observat că ea semăna destul de mult cu mama lui.

— Mama mea nu era atât de ruptă de realitate, a spus el, dar cu siguranţă ele două aveau multe lucruri în comun.

Cazul acesta era de asemenea memorabil pentru Bugental deoarece se străduise enorm să o salveze pe pacienta lui. El îşi dorea atât de mult să o ajute să-şi rezolve problemele ca şi cum

asta ar fi îndreptat cumva lucrurile cu propria lui mamă. De cele mai multe ori însă era frustrat pentru că simţea că nu o ajută prea mult.

— Reflectând acum asupra acestui caz, a recunoscut Bugental, îmi dau seama cât de multe lucruri am învăţat de la ea.

— Cum aşa? am întrebat noi. Ce anume te-a învăţat?

Răspunsul lui Bugental ne-a surprins. Ne aşteptam la o listă de trei sau poate de şapte lucruri, toate elaborate cu grijă. La urma urmei, el a avut la dispoziţie o jumătate de secol să reflecteze la acest caz şi de asemenea este unul dintre cei mai fluenţi şi mai poetici scriitori din domeniu.

— Nu am un răspuns simplu, a spus el.

— Ce zici atunci de unul complicat? l-am îndemnat noi.

— Cred că am învăţat să îngădui pacientului să-şi păstreze propria lui nefericire. Am învăţat să încetez să mai încerc să-i salvez pe oameni, ci să le dau posibilitatea să folosească această oportunitate pentru a se descurca singuri în viaţă chiar şi când au necazuri. Nu m-am gândit la acest lucru înainte, dar acum îmi dau seama că acesta a fost unul dintre cazurile cruciale din viaţa mea. Am învăţat cum să abordez această muncă de terapie, în special problema transferurilor şi contra-transferurilor. La un moment dat am început propria mea terapie, lucru care a adus o serie de modificări importante.

în afară de aceasta, ne întrebam care ar fi următorul caz remarcabil pe care Bugental l-a avut de-a lungul tuturor acestor ani. Spre exemplu, ne-am adus aminte de un caz în care el a fost abordat de un negru care i-a cerut să-l facă alb.

Bugental a zâmbit amuzat de acea întâmplare.

— Da, individul acela îmi era foarte drag. M-am ataşat foarte mult de el. Mi-a părut foarte rău că nu am reuşit să-l ajut mai mult. Asta a fost... acum când îmi aduc aminte de el mă simt cam trist. I-a fost atât de greu să accepte în cele din urmă că este negru şi că va rămâne pentru totdeauna negru.

Foarte mişcaţi de afecţiunea şi grija pe care Bugental încă le mai simţea pentru cei pe care îi cunoscuse şi îi ajutase, i-am menţionat că este o adevărată legendă.

— Da, a adăugat el cu umor, cu accentul pe end.

Capitolul douăzeci si opt

!

Michael Mahoney

„Nu m-aş supăra să fiu tipul acela din oglindă"

^"ZFxistă două contribuţii importante care îi sunt atribuite lui Michael Mahoney. La începutul carierei sale a fost unul dintre principalii cercetători în domeniul terapiei cognitive. Cartea sa, Cognition and Behavior Modification (Cunoaşterea şi modificarea comportamentului) s-a dovedit foarte eficientă în combinarea teoriei cognitive cu terapia comportamentală într-un model integrativ. într-o altă lucrare, Human Change Process (Procesele de modificare a comportamentului uman), a continuat eforturile sale de a sintetiza idei provenite dintr-o varie

tate de discipline într-un cadru coerent.

Mai recent, Mahoney şi-a îndreptat atenţia asupra terapiei

constructiviste, eforturile sale din acest domeniu culminând cu scrierea unor cărţi foarte influente, cum ar fi: Cognitive and Constructive Psychotherapies (Psihoterapii cognitive şi constructiviste) şi Constructivism in Psychotherapy (Constructivism în psihoterapie). în cadrul acestei abordări, Mahoney şi câţiva dintre colegii săi au dezvoltat o teorie care îi ajută pe oameni să dea un sens experienţelor lor într-un mod creator, folosind metafore, reflecţia cognitivă şi o relaţie de colaborare strânsă.

Mahoney este profesor de psihologie la Universitatea din Texasul de Nord, Denton, şi profesor adjunct emerit la Facultatea Saybrook si Centrul de Cercetare din San Francisco.

t

Deşi a fost bine pregătit în perioada în care şi-a făcut practica de intern şi în primii ani de lucru sub supervizare, Mahoney a fost pus în dificultate de complexitatea unor cazuri pe care le-a avut. în acea perioadă el lucra în domeniul terapiei comportamentului. Unii dintre pacienţii săi pur şi simplu nu se comportau aşa cum prevedea teoria pe care el o studiase.

De exemplu, când Adam a venit pentru prima dată la Mahoney, el se afla deja la capătul a douăzeci şi doi de ani de terapie efectuată de nu mai puţin de şapte terapeuţi. Cu ocazia ultimei sale internări în spital, doctorii de acolo i-au spus că probabil singura lui speranţă este cineva ca Mahoney, care, spre deosebire de terapeuţii pe care îi avusese până atunci, ar putea să abordeze lucrurile într-un mod diferit. Nici acum Mahoney nu e sigur ce a vrut să spună individul cu asta. în orice caz nu este cel mai bun lucru pe care să-l spui cuiva care are deja frustrări în profesia sa.

Telefonul

— Unde spui că lucrezi acum? l-a întrebat Adam pe Mahoney la prima lor convorbire telefonică.

Mahoney i-a explicat că se afla la o distanţă de aproape trei ore de mers cu maşina de locuinţa lui Adam. în timpul acestei convorbiri, el a aflat de asemenea că noul lui client avea probleme foarte variate, mergând de la depresie

cronică, anxietate acută, tulburări obsesionale-compulsive până la probleme legate de alimentație. Mahoney a fost intrigat când a auzit de această ultimă dificultate. Bulimia și anorexia sunt boli care se întâlnesc destul de frecvent la tinerele femei, dar la bărbați sunt rare. De fapt, la acea vreme nu se știa de vreun asemenea caz.

— Ei, a răspuns Mahoney, se pare că ai foarte mult de furcă. Și, de asemenea, ai mult de mers până aici.

— Asta nu e o problemă, a spus Adam. Am trecut prin atâtea în ultima vreme încât mă gândesc că s-ar putea să-mi facă bine să conduc. Așadar, doctore, accepți să fiu pacientul tău sau nu?

— Uite ce-ți propun: Vino până aici pentru o consultație și apoi am să văd dacă te pot recomanda unui doctor care este mai potrivit pentru problemele tale.

După ce a închis telefonul, Mahoney s-a simțit mulțumit de gestul său caritabil. O să-l vadă pe Adam, o să-i facă o evaluare și apoi, în funcție de ceea ce descoperă, o să poată să-i facă cea mai bună recomandare.

Criticul

Săptămâna următoare, Adam a venit la ora la care avea programare. A păşit în birou, ignorându-1 pe Mahoney care stătea la ușă, și-a aruncat cheile pe birou iar apoi s-a prăbușit pe cel mai apropiat scaun — care s-a întâmplat să fie scaunul pe care îi plăcea lui Mahoney să stea.

— Ei bine, Adam, i s-a adresat Mahoney, aș...

— Știi că venind încoace am primit o amendă pentru depășirea vitezei? a spus Adam în timp ce se uita la noul său doctor cu o privire disprețuitoare.

Mahoney se aşteptase să vadă pe cineva care să-i fie profund recunoscător pentru nobilul său gest de a-l fi primit. în schimb, a fost șocat să constate că noul său client era de-a dreptul ostil.

— Văd că eşti supărat, a admis Mahoney. Ce pot să fac pentru tine?

— Ce poți să faci pentru mine? Ce poți să faci pentru mine? Ce naiba poți să faci pentru mine altceva decât au făcut ceilalți șapte doctori pe care i-am văzut?

Mahoney era încă tânăr și ușor de intimidat așa că, auzin-du-1 pe Adam, a rămas mut.

— După părerea mea, nu sunteți decât o adunătură de șarlatani nenorociți. Nu știu cum puteți să mai dormiți liniș-

fiți când știți că luați bani pentru munca de nimic pe care o faceți.

Mahoney încremenise pe scaun. Ce naiba mai putea să zică sau să mai facă acum? El a considerat și a respins pe rând o serie de opțiuni, tot ceea ce învățase vreodată, dar și-a dat seama că nu i se spusese niciodată ce să facă cu un tip ca acesta.

— Uite ce e, doctore ■— a spus Adam plin de dispreț —, am fost psihanalizat, mi s-a făcut analiză jungiană și o grămadă de alte chestii de care nici nu-mi mai aduc aminte. Una peste alta, niște prostii. Crezi că poți să-mi spui ceva ce nu mi-au zis și ceilalți clovni?

Mahoney se întreba dacă individul acesta aștepta intr-adevăr un răspuns de la el. In cele din urmă, și-a făcut curaj.

— Ce eşti pregătit să auzi? a spus el după ce și-a dres vocea.

— O, asta e bună! a replicat Adam. De unde ai învățat tehnica asta drăgălașă? îmi place felul în care pui această întrebare ambiguă, deschisă, aşteptând după aceea să dau drumul la suficientă funie pentru a mă spânzura singur. Prostii, am făcut terapie Gestalt ani de zile; cunosc toate trucurile astea.

Mahoney își modificase programările pentru a-și face timp să-l ajute pe acest individ. Iar acum acesta îl ataca fără nici un motiv, lucru care începuse să-l înfurie. Simțind că își pierde controlul, a încercat să se calmeze respirând adânc. Odată liniștit, el a simțit că e gata de acțiune.

— Mi-aduc aminte că la telefon mi-ai spus că ești deprimat de mai mult timp.

— Foarte bine. Ai ținut minte lucrul acesta. Și ce-i cu asta?

Mahoney s-a uitat gânditor la Adam, apoi a spus.

— Mă întrebam ce ar însemna pentru tine să nu fi deprimat?

Pentru prima dată, Adam nu a mai sărit să-l critice și a recunoscut că aceasta era o întrebare interesantă la care nu se gândise până atunci. Imediat, Mahoney s-a simțit mândru că el, un terapeut debutant, s-a gândit să abordeze o chestiune pe care nici unul dintre ceilalți terapeuți nu o investigaseră în ultimii douăzeci și doi de ani.

— Ei, a spus Adam prudent, primul răspuns care îmi vine în minte e de-a dreptul nebunesc.

Mahoney s-a aplecat către el și l-a întrebat:

— Nebunesc sau nu, care ar fi acesta?

— Pentru mine, să nu fiu deprimat, a spus Adam, cred că

ar însemna că ar trebui să fiu o persoană diferită.

Mahoney a respirat ușurat. Se părea că în cele din urmă ei

reușiseră să comunice. Era ceva în răspunsul lui Adam care l-a impresionat profund, ceva autentic și real. Pentru prima dată în conversația lor, Mahoney a simțit că la urma urmei ei pot să lucreze împreună.

Experimentul

Gândindu-se cum să abordeze întreaga colecție de simptome pe care o prezenta Adam, Mahoney și-a dat seama că cel mai bine ar fi ca ei să se concentreze ceva mai mult asupra identității lui Adam, lăsând pe planul doi analiza fiecărui simptom în parte. Aceasta însemna că terapia se va centra mai puțin asupra compulsiilor, a problemelor de alimentație, a anxietății și a depresiei și mai mult asupra felului în care era Adam ca persoană și a modului în care ajunsese să fie așa.

Adam a reacționat bine la această abordare. Mai mult, el a ajuns să se dedice atât de mult acestei munci terapeutice încât s-a mutat mai aproape de orașul în care locuia Mahoney, așa că nu mai era nevoit să facă opt ore pe drum, dus-întors. Acesta a fost primul caz real de terapie pe termen lung al lui Mahoney, în care el și pacientul lui au lucrat la consolidarea relației dintre ei la fel de mult ca la orice altceva.

De fiecare dată când Adam venea la ședință, Mahoney știa că trebuie să fie gata de start. Adam era întotdeauna în criză chiar dacă de fiecare dată motivul era altul. La o ședință, ultimul dezastru s-a rezolvat de la sine doar în câteva minute. Adam nu a mai avut ce să spună, dându-și seama că crizele de care se plângea erau doar în mintea lui. Mahoney era intrigat că Adam, în ciuda faptului că nu avea nici o problemă ma-

joră, părea lipsit de energie. Era un tip numai piele și oase, cu un păr sârmos, nepieptănat. Când termina de discutat problemele lui, părea că se strânge în el. Era ca un balon lung care se dezumflase.

— Când am început terapia cu tine, a spus Adam, eram deprimat. Acum parcă e și mai rău pentru că nu mai simt absolut nimic.

Spunând aceasta, el a rămas cocârjat în scaunul lui, uitân-du-se în jos.

— Nu simți nimic?

— Nimic.

Ceea ce-i plăcea cel mai mult lui Mahoney la munca sa cu Adam era că acesta îl obliga să inventeze și să încerce lucruri pe care nu le mai folosise niciodată înainte. Multe din strategiile care au apărut în felul acesta, chiar dacă nu s-au dovedit utile în cazul lui Adam, au mers surprinzător de bine cu alți pacienți. Uneori, Mahoney nu era sigur dacă ceea ce făcea el îl ajuta cu adevărat pe Adam, dar știa cu certitudine că învață foarte multe lucruri din relația lor.

— Ei bine, a insistat Adam care rămăsese încovoiat pe scaun și cu privirea ațintită asupra podelei, nu spui nimic?

Mahoney a rămas tăcut și nemișcat în scaunul lui.

— Ești la fel ca psihanalistul meu! a aruncat Adam, ca și când ar fi fost cea mai mare insultă pe care și-a putut-o imagina.

De fapt, Mahoney chiar a luat-o în sensul acesta și s-a simțit provocat să-l atace.

— Adam, te superi dacă te rog să-mi faci o favoare?

Mahoney i-a pus această întrebare fără să aibă nici cea mai mică idee unde voia să ajungă cu ea sau ce o să facă mai departe.

Adam și-a ridicat privirea din pământ și s-a uitat la el.

— Ce?

El încerca să reacționeze cât mai aiurea, dar pur și simplu nu-i reușea. Avea o voce seacă.

— Vreau să te ridici în picioare. Te deranjează să te ridici în picioare?

Adam s-a uitat la el de parcă ar fi vrut să spună: Ești nebun? Dar s-a gândit că cel puțin făcea ceva, că încerca ceva. La urma urmei, un psihanalist nu ar pune niciodată o asemenea întrebare.

— Chiar vrei să mă ridic în picioare? a întrebat Adam dând din cap cu dezgust ca și când ar fi vrut să spună: Asta e tot ce poți să faci?

Ce naiba fac aici? se întreba Mahoney. Adam fie că se va ridica în picioare, fie că nu. Dar ce o să fac eu după aceea?

— Vrei să mă ridic în picioare? a întrebat din nou Adam.

Acum Mahoney era angajat în această acțiune.

— Da, a spus el cu mai multă autoritate decât simțea.

Cu chiu cu vai, Adam s-a ridicat de pe scaun. Părea un bătrânel încovoiat de artrită. Stătea acolo legănându-se, cu mâinile în buzunare, ca prăbușit.

— Și acum?

— Nu știu, a răspuns sincer Mahoney.

— Nu știi? Mi-ai cerut să mă ridic în picioare și nu știi de ce naiba ai făcut-o?

Mahoney a zâmbit și s-a uitat la el încurcat.

— Nu. N-am nici cea mai mică idee.

— Omule, eşti mai zănatic decât mine. Nu-mi vine să cred că oamenii te plătesc pentru tâmpenia asta pe care tu o numeşti terapie. Tu ar trebui să mă plăteşti pe mine!

Mahoney era pe punctul de a-i da dreptate, dar l-a lăsat să-şi continue peroraţia. Furia lui Adam s-a transformat într-o adevărată furtună. în mijlocul insultelor sale care nu mai conteneau, Mahoney l-a întrerupt cu o întrebare foarte simplă.

— Adam, nici acum nu simţi nimic?

Şocat de realitate, Adam a murmurat „Ticălosule!" şi s-a aşezat înapoi pe scaun.

Acest schimb de replici a generat o discuţie fructuoasă despre necesitatea de a-ţi asuma riscul pentru acţiunile tale chiar şi atunci când nu eşti sigur de motive sau de ce ar putea să se întâmple. Adam credea că e vorba de un truc scos din cine ştie ce manual, dar Mahoney i-a explicat că nu-1 mai folosise niciodată. El i-a mărturisit ce l-a determinat să facă acest lucru:

pur şi simplu a simţit nevoia să-i ceară să facă ceva pentru a depăşi impasul în care se aflau. Riscul s-a dovedit minim iar relaţia lor a supravieţuit.

Oglinda

La puţin după această şedinţă, Mahoney a avut un alt client, un adolescent care îi fusese trimis de tribunal pentru deţinere de marijuana. Mama puştiului fusese cea care îl dăduse pe mâna autorităţilor când descoperise nişte „iarbă" în sertarul lui cu lenjerie. Ea s-a gândit că ar fi bine să-l sperie implicând poliţia. Nu a avut însă nici cea mai mică idee în privinţa a ceea ce avea să urmeze: judecătorul a dispus ca băiatul să fie supus unei expertize psihiatrice, care trebuia să însumeze patru şedinţe, înainte să decidă asupra sentinţei. Aceasta era a treia şedinţă pe care Mahoney o avea cu băiatul, iar una dintre principalele teme la care lucrau era legată de încredere.

Băiatul nu prea vorbea. Era chiar mai tăcut decât de obicei. Mahoney se simţea frustrat, dându-şi seama că nu a făcut prea multe progrese; mai aveau doar şedinţa aceasta şi încă una, aşa că era zorit să ajungă cât mai rapid la un rezultat. Au stat un timp fără ca nici unul dintre ei să spună ceva, dar era un soi de companie plăcută. Mahoney era decis să nu-1 forţeze pe acest băiat să facă vreun lucru pe care el nu era dispus să-l facă.

Cu puţin timp înainte de a se încheia şedinţa, băiatul a băgat mâna în buzunar şi a scos o oglindă mică. Timid, i-a întins-o lui Mahoney care a examinat-o. Pe partea de sus a oglinjoarei erau gravate cuvintele Motocicletele Harley Davidson.

— Poţi să o păstrezi dacă vrei, a spus băiatul cu un zâmbet timid.

— E pentru mine?

Mahoney era foarte surprins şi în acelaşi timp plăcut impresionat de gestul lui. Acesta însemna că băiatul avea încredere în el; era o dovadă a bunăvoinţei lui. Se întreba însă dacă

era bine să accepte un asemenea cadou, dar apoi a decis că ar fi mai rău dacă l-ar refuza, mai ales că pentru băiat însemna atât de mult.

— Da, poţi să o păstrezi. Dacă vrei, bineînţeles.

— Da, sigur că vreau. Mulţumesc foarte mult!

— Am câştigat-o la tragerea la ţintă la carnaval. Am fost

acolo la sfârşitul săptămânii trecute.

Apoi a tăcut brusc ca și când asta era tot ce avea de gând

să spună în legătură cu acel eveniment.

Mahoney s-a uitat din nou la oglindă, după care, știind cât

de importantă era următoarea sa mișcare, s-a îndreptat încet către raftul cu cărți și a pus oglinda la loc de cinste. In momentul în care s-au despărțit, Mahoney era a convins că această întâmplare cu oglinda ar putea să se dovedească o bună oportunitate.

Reflecția

z

Mahoney a avut o oră ca să se pregătească pentru următorul său client: Adam. Ajunsese la concluzia că are nevoie de timp pentru a-și aduna forțele înainte de întâlnirea cu acest individ care uneori putea fi atât de furios dar în același timp atât de interesant.

Ca de obicei, Adam trecea printr-o perioadă de criză. Timp de aproape cinci minute, Mahoney l-a observat cum dădea din cap energic dintr-o parte în alta, ca și când ar fi avut un tic ciudat.

— Ce naiba este asta? a spus Adam arătând către oglinjoara de pe raftul de cărți. Nu era aici înainte.

— Nu, este nouă.

— Ei bine, nu-mi place. Am tendința să mă uit mereu în oglindă și îmi pierd șirul gândurilor. Te superi dacă te rog să o muți în altă parte?

— Deloc, a răspuns Mahoney ridicându-se pentru a lua oglinda de la locul ei. In timp ce se întorcea înapoi la birou, ceva l-a făcut să îndrepte oglinda către fața lui Adam.

— Ce faci? a strigat el. Ia-o de aici!

— Ce s-a întâmplat? a întrebat Mahoney cu o figură inocentă.

— Dacă uitatul în oglindă este una dintre condițiile pentru a face terapie cu tine, atunci am plecat de aici.

— Nu, Adam, nu trebuie să te uiți în oglindă. Dar ai putea să-mi explici despre ce este vorba?

Adam s-a ridicat de pe scaun și a început să se plimbe nervos prin cameră. Mahoney pusese oglinda pe masă cu fața în jos, dar Adam continua să se uite fix la ea de parcă ar fi fost un șarpe care ar fi putut să sară la el.

— îmi cer scuze, Adam. E clar că am făcut un lucru care te-a supărat mult și, te rog să mă crezi, îmi pare foarte rău. Ajută-mă să înțeleg ce am făcut și ce simți în momentul acesta.

Adam s-a oprit din plimbat.

— E vorba doar de faptul că mi-am petrecut atâtea ore din viață suferind în fața oglinzii. Storcându-mi coșurile de pe față. Uitându-mă la cât de urât sunt. Și nu am de gând să vin aici și să dau bani ca să mă simt mizerabil.

— După cum am mai spus, îmi cer scuze. Nu mi-am dat seama ce semnificație are oglinda pentru tine.

O oportunitate terapeutică

Ceva mai târziu, în acea zi, Mahoney vorbea cu un coleg despre ce se întâmplase la ședință cu Adam. La un moment dat, i-a arătat oglinda, și amândoi au început să se joace cu ea, ținând-o unul în fața celuilalt, așa cum făcuse

el cu pacientul lui. Şi amândoi au fost intrigaţi să constate ce gânduri şi sentimente ies la iveală atunci când eşti forţat să te uiţi în oglindă într-un context terapeutic. Acest lucru a dat naştere unei idei care de atunci a devenit o parte consistentă a terapiei lui Mahoney: el a instalat o oglindă pe toată lungimea părţii interioare a uşii de la biroul său. în cele din urmă, el a folosit acest „moment al oglinzii" cu majoritatea

clienţilor săi, cărora le cerea să se uite în oglindă iar apoi să închidă ochii, să se afunde în ei şi să descrie ceea ce se întâmplă în corpurile lor.

La şedinţa următoare, Mahoney a fost surprins când l-a auzit pe Adam întrebând dacă mai are încă oglinda aceea prin preajmă.

— Da, a răspuns prudent Mahoney, întrebându-se dacă nu cumva aceasta era o întrebare capcană. De fapt, mai am câteva oglinzi. De ce?

— M-am gândit tot timpul la reacţia mea de data trecută. Simt nevoia să mă uit din nou în oglindă.

Uitatul în oglindă a devenit una dintre ocupaţiile lor principale la şedinţele care au urmat. Văzându-1 pe Adam cum se privea lung în oglindă, lui Mahoney i-a venit în minte imaginea unui puşti încercând să străpungă cu privirea întunericul din dulapul în care se afla, în aşteptarea unui monstru pe care-1 credea ascuns acolo. De fapt, Adam evita să se confrunte direct cu imaginea din oglindă, apropiindu-se de ea dintr-o parte, ca şi când ar fi vrut să se furişeze. După aceea, se înclina înainte să vadă dacă e în regulă, aruncând o ocheadă scurtă apoi una mai lungă.

— Ştii, a spus Adam, tipul din oglindă nu arată atât de îngrozitor pe cât am crezut.

— Poţi să-mi spui mai multe despre asta?

— Nu m-ar deranja să fiu eu tipul acela din oglindă.

Acesta a reprezentat o oportunitate terapeutică majoră. Continuând să lucreze împreună în următorii doi ani, Mahoney a ajuns să-l respecte şi chiar să-l placă pe acest individ la fel de mult ca pe alţi câţiva dintre pacienţii lui. Au ajuns să se aprecieze foarte mult unul pe celălalt.

Adam era deosebit de inteligent, ne-a spus Mahoney. Era foarte receptiv la viaţa lui interioară având chiar o înclinaţie către gândirea psihologică. El a reuşit să îl mobilizeze pe Mahoney sugerându-i abordări terapeutice pe care nu le încercase până atunci.

Ospăţul

Problemele de alimentaţie ale lui Adam avuseseră consecinţe nefaste asupra corpului lui în cei zece ani care trecuseră de la debutul lor. El avea o serie de ritualuri şi proceduri foarte speciale legate de alimentaţie. în primul rând, se ducea la supermarketul lui favorit, unde îşi alegea cele mai fine ingrediente care se găseau acolo şi cele mai proaspete condimente şi verdeţuri. Apoi petrecea câteva ore gătind după reţete foarte elaborate — majoritatea erau reţete pe care nu le mai încercase niciodată. De fiecare dată, prepara câte cinci sau şase feluri de mâncare — numai pentru el. Apoi, aşeza cu mare grijă masa, folosind cea mai fină veselă — cristal şi argint. Ospăţul dura mai mult de o oră, timp în care gusta pe îndelete toate delicatesele şi savura din plin aromele bogate.

Ar fi fost frumos ca ritualurile să se sfârşească aici dar, din păcate, acesta era doar începutul. După ce curăţa masa, dar înainte a trece la spălarea vaselor, Adam se ducea imediat la toaletă. Acolo se aşeza în genunchi pe podea şi vomita în vasul de toaletă tot ceea ce mâncase. Apoi, lovitura de graţie: îşi făcea o clismă pentru a-şi curăţa complet intestinul gros. Apoi se spăla cu multă atenţie la duş, după care îşi petrecea aproape o oră introducându-şi un deget în anus pentru a verifica dacă nu cumva au mai rămas urme de fecale. Dacă găsea un rest cât de mic, relua întregul ciclu, controlându-şi în repetate rânduri anusul cu degetul.

După ce a auzit relatarea acestor episoade compulsive de dezmăţ culinar şi purgaţie, şi cu asemenea detalii, lui Mahoney i-a fost teamă că ei nu vor reuşi niciodată să abordeze această ultimă problemă majoră.

Telefonul

Era patru dimineața când telefonul a sunat.

— Mike, ești treaz? a întrebat vocea de la celălalt capăt al

firului.

— Treaz? Da, sigur, sunt treaz. Cine este? Mahoney este genul de om care, atunci când este trezit în miezul nopții sau dimineața devreme, nu recunoaște că dormea.

— Mike, sunt Adam. Poți să vorbești?

— Să vorbesc? Acum?

— Mike, nu o să-ți vină să crezi ce s-a întâmplat!

Liniște.

— Mike, mai ești acolo? Mike?

■— Mda, a spus Mahoney, pe punctul de a adormi. Sunt treaz. Spuneai că s-a întâmplat ceva incredibil.

— Ascultă. Seara trecută, pentru prima dată în zece ani, am renunțat la ospățuri și la clisme.

— O, asta e ceva.

— Și să-ți mai spun ceva. Abia am ajuns acasă.

— Abia ai ajuns acasă. De unde?

— Am fost la o petrecere unde am cunoscut o femeie cu care am petrecut noaptea împreună. A fost minunat!

Adam vorbea repede, foarte impresionat de ceea ce i se întâmplase. Părea mai fericit ca niciodată.

— O, a fost tot ce a putut spune Mahoney.

— Stai puțin. Mai e ceva. Ea vrea să ne mai întâlnim. îți vine să crezi?

— Asta e nemaipomenit, Adam, a spus Mahoney care între timp se trezise complet. Era la fel de emoționat ca și clientul său.

— Ascultă, doctore, vreau să-mi îndepărtezi chirurgical această bulimie. Dacă femeia asta află ceea ce fac eu în baie, nu o să vrea să mai aibă de-a face cu mine vreodată.

— Ce-ar fi să discutăm despre asta dimineața, după ce mă trezesc?

— Foarte bine, doctore. Am vrut doar să-ți spun veștile bune. Nu-mi pasă dacă mă hipnotizezi sau dacă îmi faci orice altceva, dar trebuie să mă scapi de bulimie. Și vreau asta imediat! E prima dată când mi s-a ivit ocazia unei relații adevărate și nu vreau să risc.

— Stai să văd dacă am înțeles ce vrei să spui. De zece ani încoace, în fiecare noapte te-ai ospătat și ți-ai făcut clisme.

— Da. Da.

— Ai făcut terapie comportamentală. Ai fost psihanalizat. Ai fost internat în spital. Au încercat să-ți facă tratament de șoc pentru a te împiedica să mai vomiți și să-ți mai bagi degetul în șezut.

— Da, știu asta.

— Și acum, dintr-o dată, comportamentul tău a început să se schimbe și vrei să te ajut?

— N-o să faci nimic, nu-i așa?

— Mie mi se pare, a spus Mahoney, că lucrurile au început să se schimbe de la sine.

— La naiba, a chicotit Adam, știam eu că o să spui ceva de genul acesta.

în cele din urmă, Adam i-a mărturisit acelei femei problemele pe care le avea în legătură cu alimentația și, surpriza surprizelor: a aflat că și ea avea același gen de probleme! Astfel, aceste probleme în loc să-i despartă i-a apropiat și mai mult.

— S-ar putea să nu ajung niciodată să fiu în stare să mă abțin de la ospățurile și clismele mele, a recunoscut Adam, dar acest lucru nu mă mai presează la fel de mult ca până acum.

Lecțiile învățate

/ !

Chiar și după douăzeci de ani de la întâlnirea cu Adam, Mahoney consideră că încă mai are de învățat din experiența pe care au avut-o împreună. Nu e vorba numai de conversațiile lor interesante, dar acesta a fost singurul caz din care Mahoney a învățat să se încreadă în propria-i intuiție. în acest sens, el își amintește când Adam a venit o dată la el și i-a spus:

— Știi, azi nu mă simt atât de rău. Aș vrea doar să poți să mă menții în această stare.

— Să te mențin în această stare? a întrebat surprins Mahoney.

— Da, sunt într-o formă bună. Ar fi bine dacă ai putea să mă menții astfel.

Dintr-un motiv pe care nu și-l putea explica, Mahoney a hotărât să-i dea lui Adam o temă pentru acasă. Astfel, el trebuia să-și petreacă ceva timp în fața unei pendule. Intuiția îi spunea lui Mahoney că Adam ar fi putut să învețe ceva observând pur și simplu cum se încheie un ciclu natural.

întâmplarea făcea ca în holul unei firme de avocatură să se afle o pendulă foarte înaltă. Bineînțeles că Adam s-a înfuriat: o asemenea sarcină i se părea absurdă și ridicolă. în cele din urmă, el s-a supus și a început să-și petreacă ore întregi în holul acelei firme, privind și ascultând ceasul.

La puțin timp după aceea, Mahoney a găsit următorul mesaj pe robotul telefonului: „Dragul meu doctoraș. Azi la prânz mi-am mai pierdut încă o oră uitându-mă la nenorocitul ăla de pendul și încercând să-mi dau seama care dintre cele două părți ale lui era bună și care era rea. Sau poate că număram doar secundele în care eram în viață sperând că mișcarea nu se va opri. în momentul în care m-am ridicat și am început să-mi strâng punga în care avusesem mâncarea pentru prânz, mi-am dat seama că pe axul pendulului există un singur loc unde poți vedea atât partea bună cât și pe cea rea, iar acesta este situat în partea de sus, la articulația axului. O parte din mine încă vrea să fie ca acel indicator al barometrului care coboară atunci când se anunță o zi bună și se ridică și ascunde atunci când e o zi proastă. Până în acel moment nu realizasem importanța unghiului din care privești lucrurile. Nu-mi dădusem seama că făcea parte din tema pentru acasă."

Mahoney se gândește și acum la ceea ce a învățat de la Adam, într-un moment foarte important al carierei sale când începuse să capete încredere în sine și să facă progrese. In ciuda conflictelor dintre ei (sau poate chiar din cauza lor), Adam a rămas clientul la care se gândește cel mai mult. La urma urmei el a fost persoana care l-a ajutat pe Mahoney să-și dea seama de limitările terapiei comportamentale înguste pe care o efectua și să devină mai interesat să-i ajute pe oameni să caute într-un mod creativ semnificația experiențelor lor.

Capitolul douăzeci şi nouă Laura S. Brown

Alcoolică la trei ani

i ..... eoretician feminist şi expert în problemele legate de

" / abuzai sexual, Laura Brown reprezintă un punct de

cotitură în practica terapeutică. Spre deosebire de terapiile tradiţionale, abordarea sa tratează mult mai explicit problemele legate de putere, etică, hărţuire sexuală, rolurile specifice fiecărui sex, orientare sexuală şi imaginea corpului. Preocupările sale legate de recuperarea unor amintiri şi munca ei neobosită pentru înfăptuirea justiţiei sociale în chestiunile referitoare la homosexuali şi lesbia

ne au fost de-a dreptul revoluţionare.

Printre lucrările cele mai semnificative semnate de Brown se numără: Subversive Dialogues: Theory in Feminist Therapy (Dialoguri subversive: O abordare teoretică a terapiei feministe); Recovered Memories of Abuse (Amintiri recuperate despre abuz); Fat Oppression and Psychotherapy: A Feminist Perspe-tive (Oprimarea exercitată de supraponderabilitate şi psihoterapie: O perspectivă feministă); Personality and Psychopathology (Personalitate şi psihopatologie) şi Diversity and Complexity in Feminist Therapy (Diversitate şi complexitate în terapia feministă).

Brown s-a stabilit în Seattle, unde desfăşoară o muncă activă de terapie şi consultanţă. De asemenea, este profesor de psihologie la Universitatea Argosy, Şcoala de psihologie profesionistă din Seattle.

Gândindu-se la persoanele neobişnuite pe care le-a cunoscut de-a lungul timpului, Brown s-a oprit asupra uneia singure pe care o considera cu totul şi cu totul aparte. Era vorba de o femeie pe care nu o mai avusese la terapie de mai bine de şase ani, dar cu care mai comunica ocazional. Cazul ei era cu adevărat remarcabil, dar acest lucru nu se datora caracterului neobişnuit al problemelor ei sau obstacolelor şi adversităţii pe care a trebuit să le înfrunte şi care ar fi ucis un suflet mai slab, ci hotărârii de care a dat dovadă în ce priveşte depăşirea traumei pe care o suferise.

Copilărie de coşmar

Gloria a venit la Brown pentru a-şi trata problemele legate de lupta ei continuă cu dimensiunile corporale şi de relaţia ei cu mâncarea. („Nu folosesc niciodată cuvântul, obezitate!" ne-a spus Brown.) Ea i-a mărturisit lui Brown că, din câte îşi aduce aminte, pe vremea când avea trei ani şi locuia cu familia ei la Londra, a început să bea alcool, apucătură care a fost încurajată mai târziu de către ceilalţi membri ai familiei. Se pare că într-o zi părinţii ei au băut până au leşinat. Copilița a reuşit să ajungă până la dulapul cu băuturi şi a început să bea din variatele sticle care se aflau acolo până când a găsit ceva pe gustul ei. Ceea ce a încântat-o mai mult a fost că lichidul din sticle i-a alinat durerea teribilă pe care o avea. Din acea zi, ea a început să folosească alcool şi alte medicamente pe care le găsea în casă pentru a se „anestezia" împotriva agresiunilor aproape zilnice pe care le suferea din partea părinţilor săi.

Tatăl Gloriei era părintele „cel bun", grijuliu, iubitor, stabil, previzibil. De fapt, era atât de „iubitor" încât şi-a iniţiat fiica din punct de vedere sexual încă de pe vremea când aceasta era la şcoala primară. De la mângâieri insistente, s-a ajuns în curând la penetrare, iar apoi la o relaţie sexuală permanentă.

Mama ei era foarte imprevizibilă şi instabilă, ceea ce indica probabil existenţa unor tulburări de personalitate multiplă, un tip de condiţie disociativă în care ea literalmente putea fi

mai bine de cinci persoane diferite la un loc şi cu care biata fetiţă trebuia să se descurce. Una dintre aceste personalităţi ale sale era în permanenţă furioasă pe fiica ei şi se folosea de orice oportunitate ca să o bată cu coada măturii. Uneori Gloria era trezită din somn în toiul nopţii de către mama ei care venise să o „pedepsească" pentru cine ştie ce greşeală închipuită.

Cea mai timpurie amintire pe care o avea Gloria din copilărie: mama ei stătea aplecată deasupra pătuţului în care se afla, încercând să o sufoce cu o pernă. Chiar şi în ziua de azi, Gloria are o puternică reacţie posttraumatică la un

anume parfum foarte popular pentru că cu el era dată mama ei atunci când încercase să o stranguleze.

Deşi Brown nu ar recomanda niciodată alcoolul ca o formă de automedicaţie pentru cei care au suferit abuzuri în copilărie, ironia este că, din câte se pare, băutura a salvat-o pe Gloria de la tulburări disociative severe şi poate chiar de la o psihoză totală. Când alcoolul nu era suficient pentru a-i anestezia durerea şi a bloca amintirile legate de abuzurile emoţionale, fizice şi sexuale constante, ea lua amfetamine şi halucinogene. Gloria credea că, în ciuda efectelor secundare negative, asta a fost cea care a ajutat-o să supravieţuiască în copilărie şi adolescenţă. Ea a folosit pastilele acestea până a putut să găsească lucrul de care avea nevoie cu adevărat: un refugiu în care se simţea în siguranţă din punct de vedere emoţional, între ceilalţi oameni.

Familia pe care şi-a ales-o

Brown se gândeşte că Gloria nu avusese nici o şansă să ajungă o fiinţă umană decentă. Din cauza serviciului tatălui său care presupunea deplasări frecvente, rareori ajungeau să stea un timp îndelungat în acelaşi loc. Casa în care stătea ea era un loc dezordonat şi periculos, iar din cauză că familia ei trebuia să se mute în permanenţă, avea rare ocazii să menţină nişte relaţii stabile cu ceilalţi care ar fi putut compensa dis-funcţia ei familială bizară.

Pentru că tatăl ei deţinea o poziţie importantă şi avusese grijă să pozeze în părinte responsabil şi atent, abuzurile la care o supunea pe fiica sa treceau neobservate. De altfel, în anii '50, anii copilăriei sale, familiile de albi din înalta societate americană nu erau nici măcar suspectate de asemenea abuzuri. în condiţiile acestea, ea a trebuit să se descurce singură. A învăţat să-şi blocheze amintirile legate de tentativa de strangulare, de bătăile pe care le-a primit, de molestările sexuale la care a fost supusă. Desigur, medicamentele şi alcoolul au ajutat-o să uite realitatea de coşmar pe care o avea de înfruntat.

Ambii părinţi erau alcoolici activi. Deşi tatăl Gloriei a făcut tot posibilul să o protejeze de comportamentul violent al mamei ei, acest lucru nu a avut o eficienţă prea mare pentru că el însuşi îi înşelase încrederea. în plus, când tatăl pleca de acasă cu sarcini de serviciu, Gloria rămânea în tot acest timp singură cu mama ei. Cel mai bine era când mama căpăta o personalitate catatonică -— situaţie în care rămânea încremenită până la următoarea schimbare de personalitate. Cel mai rău era atunci când, în absenţa tatălui, zilele Gloriei se transformau într-o adevărată teroare. în acele zile ea încerca să stea cât mai mult la şcoală sau pe la vecini şi, în general, făcea tot posibilul să rămână în viaţă.

în ciuda deteriorărilor provocate de abuzul cronic de substanţe, Gloria a ajuns o tânără precoce, remarcabil de inteligentă, cu aptitudini sociale şi intelectuale superioare. Cu toate acestea, Brown consideră chiar şi acum capacitatea ei de a-şi reveni de pe urma traumelor ca fiind unul dintre cele mai uluitoare lucruri pe care le-a văzut vreodată.

în mod normal, este de aşteptat că cineva care a fost supus unui asemenea abuz pe termen lung şi fără întrerupere va avea de suferit tulburări majore de ataşament. Majoritatea cercetărilor care s-au făcut în acest domeniu arată că asemenea victime găsesc că este foarte dificil să intre în relaţii cu alţi oameni, să aibă încredere în ei, de cele mai multe ori ele nu-şi mai revin de pe urma traumelor suferite în copilărie. Cel mai adesea ele dezvoltă tulburări de personalitate severe şi tulburări de personalitate multiplă, strategii care le ajută să evite să

mai fie rănite în viitor. Cu toate acestea, Gloria nu numai că şi-a revenit de pe urma traumelor suferite, dar a ajuns o persoană de-a dreptul înfloritoare. Ea era un „mensch", o fiinţă umană decentă, în ciuda tuturor adversităţilor.

Ca participant la terapie, Gloria a fost un client foarte responsabil care nu forţa nota niciodată. Când Brown era în vacanţă, ea nu intra în criză. Nu îi dădea telefon noaptea, chiar dacă avea o urgenţă. Ea nu punea la încercare oamenii căutând să evite intimitatea. Ar fi avut toate motivele să o ia razna, dar în cele din urmă s-a dovedit o fiinţă încântătoare. Singurul lucru care continua să o afecteze serios era abuzul de alimente.

Gloria a activat în cadrul Asociaţiei Alcoolicilor Anonimi, sprijinindu-i financiar pe membrii noi ai acestui program. Ea a reuşit să-şi menţină o relaţie pe termen lung, care durează de peste douăzeci de ani. De asemenea, este un membru de bază al comunităţii de lesbiene şi homosexuali. Atunci când Laura vorbeşte despre clienta ei ai impresia că se referă la o colegă de încredere — şi chiar acesta este modul în care ea se raportează la Gloria şi în care ar

prefera să se raporteze la majoritatea clienților ei — colegi sau colaboratori.

— Gloria are un talent înnăscut de a stabili relații cu alți oameni, ne-a spus Brown. Ea îi apreciază pe cei din jurul ei, găsind foarte ușor oameni de treabă cu care să se asocieze. Este pur și simplu uluitor. De exemplu, când era la colegiu, a întâlnit la departamentul de engleză un grup de homosexuali care au avut grijă de ea. încă nu știa că este lesbiană. A trecut foarte mult timp până să-și descopere această latură. între timp, ea s-a asociat acestui grup de bărbați foarte protectori care erau foarte atenți și afectuoși cu ea. Ei i-au oferit șansa de a avea relații sigure și stabile din punct de vedere emoțional, de care ea a profitat din plin. După treizeci de ani, Gloria încă menține aceste prietenii.

Gloria a descoperit că poate să-și aleagă propria ei familie, de data aceasta una în care să se simtă protejată și în siguranță. Și a reușit să-și construiască o familie care este un model de dragoste, atașament și sinceritate.

O nouă mamă

Brown a lucrat cu Gloria, cu întreruperi, timp de zece ani. Ele au continuat să-și concentreze eforturile asupra imaginii corporale a Gloriei și a pafterw-urilor de alimentare, făcând progrese modeste dar de durată. Intr-un fel, Brown a funcționat în această relație ca mentor, model de persoană sănătoasă și sursă de suport în rezolvarea problemelor legate de consumul de alcool. Ea a ajutat-o pe Gloria să asimileze abuzurile pe care le-a suferit în trecut, în primul rând prin accesarea unor amintiri care anterior fuseseră indisponibile, apoi prin acomodarea cu acestea în așa fel încât să devină capabilă să accepte acele lucruri care nu puteau fi schimbate.

Când a venit la terapie, Gloria era aproape stabilă din punct de vedere emoțional și în general sănătoasă. Problema majoră păreau să fie kilogramele în plus — consecințe ale unei supraalimentații compulsive. După ce renunțase la consumul de alcool și medicamente, Gloria a devenit dependentă de mâncare — aceasta rămânând principala ei strategie de a face față mediului înconjurător. Prin urmare, terapia a constat în bună parte în încercarea de a controla aceste mijloace externe prin care Gloria își procura confortul.

Pentru Gloria, partea cea mai dificilă a terapiei a fost probabil să-și asume riscul enorm de a dezvolta o relație profundă emoțională cu o femeie — chiar dacă în acest caz era vorba de propriul său terapeut. Deși era lesbiană, pentru Gloria, femeile reprezentau o amenințare la adresa echilibrului ei emoțional. Cu siguranță, abuzul sexual pe care-1 suferise din partea tatălui său a fost un lucru îngrozitor care a făcut-o să-și piardă încrederea în bărbați, dar era încă și mai circumspectă în relațiile ei cu femeile. La urma urmei, mama ei o torturase în permanență fiind la un moment dat pe punctul de a o omorî. Era contrafobică față de ambele sexe, și pe bună dreptate: sarcina de a dezvolta o relație care implica un transfer profund cu o femeie terapeut reprezenta un pas enorm în ce privește încrederea.

Brown se considera destul de pricepută în ce privește dezvoltarea unei relații de transfer mamă-copil. Și aceasta se datora în parte faptului că evita să conștientizeze orice transfer sexualizat. De asemenea ea era o persoană foarte afectuoasă și deschisă. Grija și respectul deplin față de clienții săi o ajutau să câștige foarte ușor încrederea lor.

O dată ce în relația lor s-a produs un transfer matern, Gloria s-a simțit în siguranță, iar aceasta a ajutat-o să-și aducă aminte de unele lucruri care i s-au întâmplat în viața ei. Și mai mult decât atât, ea a putut să facă acest lucru fără să mai simtă nevoia să se întoarcă la alcool și medicamente.

— Ea a dezvoltat o compasiune enormă față de copilul care fusese, a explicat Brown. Acest lucru era unul dintre elementele care lipseau. Simțea compasiune și pentru cei din jurul ei pe care îi trata cu multă afecțiune și atenție.

Gloria a lucrat ca supervizor la o agenție locală de servicii sociale. Ea a avut una dintre cele mai dificile slujbe din câte se pot imagina — biroul unde lucra dispunea de foarte puțini angajați și de resurse financiare insuficiente —, cu toate acestea ea era iubită de către colegii săi și adorată de supervizori. Adeseori îi aducea lui Brown evaluările pe care le primea din partea supervizorilor săi — pur și simplu nu-i venea să creadă că persoana descrisă acolo era chiar ea; era uimită de cât de mult era apreciată munca ei.

Hrănindu-se cu dragoste

Pe cât de bună era cu cei din jurul ei pe atât de puțin învățase Gloria cum să fie bună cu ea însăși. Ea se hrănea cu mâncare în loc de dragoste.

„Pentru a ajunge să te hrănești într-o manieră corespunzătoare", i-a explicat Brown, „trebuie să înveți să te iubești pe tine însăți."

„Ce vrei să spui?" a întrebat Gloria. „Să înțeleg că sunt grasă pentru că nu mă iubesc pe mine însămi?"

„Ei bine", a sugerat Brown, „haide să discutăm mai pe îndelete despre acest lucru. Ce anume găsești la tine care nu poate fi îndrăgit?"

La fel ca majoritatea celor care au supraviețuit abuzurilor, Gloria nu se putea închipui pe sine în ipostaza de copil.

— Cred că agresorii îi consideră pe copii niște adulți în miniatură, a explicat Brown. Nu numai că le lipsește simpatia față de victimele lor, dar nu au nici capacitatea de a înțelege că, din punct de vedere cognitiv și emoțional, copiii sunt diferiți față de adulți. Cred că victimele abuzurilor fizice, emoționale și sexuale severe își creează și admite o imagine a lor ca adulți nedezvoltați. într-un fel, ei cred că ar fi putut sau că ar fi trebuit să aibă atitudinea pe care un adult ar avea-o dacă ar fi agresat.

Brown a ajutat-o pe Gloria să-și recapete imaginea sa de copil fără să mai fie terifiată în timpul acestui proces. Ea a ajutat-o de asemenea să înțeleagă cât de mică și de vulnerabilă fusese și să-și redirecționeze furia pe care o resimțea față de ea însăși. Brown a introdus câteva strategii pentru a o ajuta pe Gloria în cadrul acestui proces. Astfel, i-a cerut Gloriei să aducă fotografii cu ea de pe vremea când era copil pentru a o confrunta cu evidența de netăgăduit a cât de mică fusese. De asemenea a încurajat-o să petreacă o parte din timpul liber stând în preajma copiilor, lucru de care ea se temuse întotdeauna. în felul acesta ea ar fi putut să observe ceea ce copiii pot sau nu pot să facă în fața adulților. Gloria avea de mai mult timp temerea că ar fi putut să facă rău copiilor. în cele din urmă ea și-a dat seama că singurul copil pe care-1 putea pune în pericol era copilul din ea. Aceste strategii și altele pe care Brown le-a folosit pentru a o face pe Gloria să accepte că fusese cu adevărat cândva mică au dat în cele din urmă rezultate. Ea a început să aibă o atitudine mult mai înțelegătoare față de ea însăși. Astfel, atitudinea ei față de comportamentul pe care-1 dezvoltase în copilărie ca reacție la evenimentele negative a devenit mult mai plină de compasiune și mai apreciativă. Pentru Brown, Gloria fusese un copil care reușise să supraviețuiască în ciuda tuturor adversităților. în

cele din urmă, pacienta sa a ajuns să creeze și admită această imagine renunțând să mai creadă că în copilărie se comportase ca o ființă slabă.

Treptat, Gloria a devenit capabilă să-și schimbe obiceiurile legate de mâncare, deși acest lucru nu a dus la o scădere semnificativă a greutății ei. Ea s-a înscris la un program de întreținere corporală iar acest lucru a cam speriat-o. Pentru o femeie de o sută de kilograme este foarte dificil să apară în public îmbrăcată în costum de baie sau pentru sport. Cu toate acestea ea a devenit mult mai conștientă de nevoile corpului ei și a învățat cum să și le satisfacă, renunțând să le mai ignore sau să le „anestezieze".

în timp ce Gloria continua să depună eforturi pentru a-și rezolva problemele legate de traumele din copilărie, hotărârea ei de a renunța la alcool a fost pusă de asemenea la încercare. Era pentru prima dată când era în stare să abordeze propriul trecut fără să se distanțeze emoțional. Ea a fost de asemenea în stare să dezvolte sentimente de compasiune și iubire față de ea însăși, dându-și seama de cât de puternică se dovedise în copilărie, ținând în ea toate aceste sentimente fără să se distrugă complet.

Mai mult decât un simplu nu

în mod frecvent copiii văd materiale publicitare destinate prevenirii consumului de alcool și de droguri. Li se spune că totul se reduce la „Un simplu nu adresat drogurilor". în cazul Gloriei însă, băutura a ajutat-o să supraviețuiască. O „anestezia". îi permitea să se disocieze de nebunia care se petrecea în jurul ei, de abuzurile la care era supusă, fără să fie totuși nevoie să se separe complet și permanent de realitate. Ea a fost în stare să supraviețuiască administrându-și medicamente până când a putut să se protejeze singură sau cel puțin până când a murit mama ei. Principala problemă

în familia Gloriei asupra căreia trebuiau concentrate toate eforturile era abuzul practicat de ambii părinți. în absența acestuia, ea ar fi putut

să fie nevoită să aleagă între abuzul de substanțe și dezintegrarea interioară.

Gloria a învățat-o pe terapeuta sa foarte multe lucruri despre capacitatea pe care o au oamenii de a transforma ceea ce este terifiant în ceva transcendent.

— Acest lucru m-a învățat, a spus Brown, să am încredere în clienții mei și în propriile lor opțiuni terapeutice, chiar dacă acestea pot să-i destabilizeze temporar. Mi-a demonstrat că e important să iau în considerare când cineva spune „Acum, vreau să o iau pe această cale" și să învăț să-l urmez.

în plus, Laura a început să aprecieze mult mai mult capacitatea oamenilor de a asimila trecutul lor, nu într-un sens freudian ci într-un mod care să conducă la iertare. în cele din urmă, Gloria a avut curajul să-l abordeze pe tatăl ei și să-l întrebe despre ce s-a întâmplat în copilăria ei. El a recunoscut că a molestat-o sexual în copilărie. în anii care au urmat el a acceptat să lucreze cu fiica lui, coroborând evenimentele și aju-tând-o să-și amintească ce s-a întâmplat. Gloria a fost în stare să aprecieze partea bună a acestei relații fără să fie nevoită să nege răul suferit, ceea ce a permis stabilirea unui legături mai strânse.

După ce Gloria a înțeles de unde vine și prin ce a trecut, a putut să înțeleagă mai bine pattern-wile ei caracteristice. Ea a început să vadă lumea diferit. Și asta nu pentru că Brown o forțase să se confrunte cu trecutul, ci pentru că o sprijinise cu multă delicatețe și o încurajase să meargă până unde dorea ea.

— Sunt sigură, a explicat Brown, că oamenii știu în orice moment de ce au ei nevoie pentru a funcționa. Cunoașterea propriei lor biografii îi ajută să aibă o poveste personală mai completă. îi ajută să dea un sens suferinței lor.

Gloria a reușit să dea un sens vieții ei. Ea și partenera ei au întemeiat o familie. Ele au devenit părinți adoptivi, având grijă de copiii care îi aduc aminte Gloriei de cum era ea în copilărie.

— Gloria este hotărâtă să ofere cât mai mult celor din jur, într-un efort de compensare a trecutului ei, a spus Brown. Ea încearcă să creeze o lume în care copiii să trăiască în siguranță și are un rol activ în această străduanie.

Ajungând să-și cunoască și să-și asimileze trecutul, ea a putut să trăiască în pace cu ea însăși.

Brown se mai întâlnește din când în când cu Gloria, cu ocazia unor evenimente care au loc în sânul comunității de homosexuali și lesbiene. De fiecare dată, Gloria pare să fie mult mai activă, mai energică și mai deschisă.

Capitolul treizeci

Donald Meichenbaum

Cel mai negru coşmar al fiecărui părinte

onald Meichenbaum este umil dintre întemeietorii terapiei cognitiv-comportamentale, contribuţiile sale fiind recunoscute de către colegii săi care îl consideră ca fiind unul dintre primii zece psihoterapeuţi de marcă ai acestui secol. El a evidenţiat interdependenţa dintre comportamentul, gândurile şi sentimentele pacientului şi consecinţele acestora. Meichenbaum s-a născut şi a crescut la New York unde, observă el, „foarte mulţi oameni vorbesc cu ei înşişi". Pornind de aici, el a arătat că unul dintre scopurile terapiei este să-i ajute pe oameni să înveţe să vorbească cu ei înşişi într-un mod diferit şi să-şi spună lor şi altora „poveşti" constructive. Dar asemenea poveşti trebuie să se întemeieze pe modificările de comportament. Printre cărţile lui devenite clasice, se numără: Cognitive-Behavioral Modification: An Integrative Approach (Modificare cognitiv-comportamentală: O abordare integratoare); Stress Inoculation Training (Antrenarea inoculării stresului); Pain and Behavior Medicine (Controlul durerii şi al comportamentului în medicină); Facilitating Treatment Adherence (Facilitarea aderenţei la tratament); Treatment of Individuals with Anger-Control Problems and Aggressive Behaviors (Tratamentul persoanelor care au probleme cu controlul furiei şi comportamentul agresiv) şi o carte legată de cazul discutat în acest capitol, Ghid clinic pentru evaluarea şi tratarea adulţilor cu tulburări de stres post-traumatic.

Meichenbaum este profesor emerit la Universitatea Waterloo, în Ontario, Canada, şi Director de Cercetări la Institutul Melissa pentru prevenirea violenţei şi tratamentul victimelor violenţei din Miami, Florida.

Monica avea toate calităţile care prevesteau un viitor strălucit. Era un exemplu tipic de „TACIS" — Tânără, Atractivă, Comunicativă, Inteligentă şi plină de Succes. Monica era o profesoară de treizeci şi şase de ani, căsătorită cu un om de afaceri prosper. Deşi soţul ei Bruce călătorea foarte des în interes de serviciu, ei aveau o căsnicie foarte solidă şi o relaţie excelentă cu fetiţa lor Vickie de unsprezece ani. Locuiau foarte confortabil într-o zonă suburbană, unde se simţeau în siguranţă faţă de pericolele oraşului.

Deşi Monica avusese norocul să aibă, aşa cum spunea ea, o „viaţă privilegiată", în momentul în care a venit la cabinetul de terapie suferea de o depresie care o adusese aproape în pragul sinuciderii. Era de-a dreptul năucită şi speriată. Meichenbaum se întreba ce putea oare să i se fi întâmplat care să o afecteze atât de mult încât să-i schimbe viaţa atât de rapid şi de profund. El a invitat-o pe Monica să-şi spună povestea.

Spargerea

Monica petrecea foarte mult timp acasă, cu fiica ei. Având în vedere că soţul ei călătorea foarte mult, Monica şi Vickie ajunseseră să aibă o relaţie mult mai apropiată decât cea obişnuită dintre mamă şi fiică. Vickie era o fetiţă sclipitoare, precoce, cum spunea mama ei, „neobişnuit de inteligentă pentru vârsta ei", iar acest lucru le permitea, să aibă legături reciproce pe multe planuri diferite. Astfel, ele discutau frecvent despre vieţile lor, împărtăşindu-şi secretele. De asemenea, în fie-

care seară, înainte de culcare, obişnuiau să-şi povestească ce făcuseră în ziua respectivă.

într-o noapte, când soţul ei era plecat de acasă, Monica a fost trezită brusc dintr-un somn foarte adânc. Ea a ascultat atent vreme de un minut sau două, după care a încercat să adoarmă, când zgomotul s-a auzit din nou. A sărit din pat fiind convinsă acum că era cineva în casă. Locuinţa lor fusese invadată de spărgători.

Monica a auzit foarte clar un zgomot de paşi care venea din josul scărilor. După câte se părea, nici măcar nu încercau să acopere zgomotul pe care-1 făceau. Terifiată, primul gând al Monicăi a fost la Vickie. Trebuia să găsească o cale să o protejeze. După ce a sunat la poliţie, s-a strecurat uşor în camera fiicei sale ca să o trezească. Ele au stat ascunse în dulap până când au plecat spărgătorii.

Măsuri de protecţie

Din fericire, cât au stat în casă, spărgătorii nu au urcat scările. Ei au luat lucrurile pe care le-au vrut după care au părăsit casa înainte ca poliția să ajungă acolo. Monica și Vickie au fost zdruncinate puternic de această întâmplare, dar în cele din urmă au scăpat cu bine.

Cum era de așteptat după un asemenea eveniment, cei doi soți au început să ia o serie de măsuri de protecție. în acest sens, ei au schimbat încuietorile și au instalat un sistem de alarmă. Ca ultimă măsură de protecție, Bruce a convins-o pe Monica să cumpere un pistol.

Deși aceste măsuri de protecție l-au făcut pe Bruce să se simtă mult mai în siguranță, Monica a continuat să trăiască cu teama că locuința lor ar putea fi spartă din nou. Se temea și de pistolul din noptiera ei și care arăta foarte urât. Evita chiar și să se uite la el, și cu atât mai mult să-l atingă. Când vecinii au încercat să o liniștească spunându-i că și ei țin în casă arme pentru a se proteja, ea s-a simțit ceva mai bine dar a rămas în continuare neîncrezătoare.

După câteva luni, atmosfera din casă a revenit la normal. Bruce plecase din nou cu treburi lăsându-și soția și fiica singure. Era o noapte furtunoasă. Vântul urla afară, iar ploaia bă-tea tare în acoperiș și în geamuri. Copacii se îndoiau în bătaia vântului scoțând un zgomot șuierător. Obloanele de la ferestre se loveau cu putere de zidurile casei.

Un zgomot ciudat, care nu semăna cu cele făcute de furtună, a trezit-o pe Monica. De unde venea zgomotul? Era posibil să se fi întors spărgătorii? Erau ploaia sălbatică, copacii șuierători, obloanele care se băteau? Monica se concentra din ce în ce mai mult; era clar că cineva intrase din nou în casă. Și cu toate acestea, era imposibil să fie așa! Cum putuse să treacă de noile încuietori și de sistemul de alarmă? A încercat să-și aducă aminte dacă într-adevăr activase alarma.

Monica se ridicase în capul oaselor chinuindu-se să dis-cearnă zgomotele care se auzeau de jos. Credea că aude pași. Era posibil să viseze? Nu, era cineva. Slavă Domnului, s-a gândit Monica, am pistolul.

Ea a țâșnit la noptieră, a tras la repezeală sertarul și a ridicat arma. Era mai grea decât își amintea, destul de dificil de ținut în mâinile ei tremurânde.

Cu inima bătându-i să-i spargă pieptul și copleșită de spaimă, ea a luat arma și s-a dus țintă către camera fiicei ei, unde ele se puteau ascunde din nou. Acum se simțea apărată de pistol.

Restul s-a petrecut foarte rapid. Singurul lucru pe care și l-a amintit după aceea a fost că ușa de la dormitor a fost deschisă brusc și s-a auzit un bubuit asurzitor. Era arma ei. Se descărnase în momentul în care ușa de la dormitor a lovit mâna ei.

în dreptul ușii, pe podea, zăcea un corp omenesc. De sub capul lui se scurgea o baltă de sânge. îngrozită și dezorientată, Monica s-a uitat mai bine și a văzut că pe podea zăcea chiar fiica ei Vickie. Peretele din față era împroșcat cu bucăți din creierul ei, așchii de oase și sânge.

Monica a fost găsită după douăzeci și patru de ore de către soțul ei care se întorsese din călătoria de afaceri. Ea stătea

pe podea, într-o stare catatonică, ținând în poală corpul lui Vickie.

Vindecând trauma

Auzind povestea Monicăi, Meichenbaum s-a abținut cu greu să nu izbucnească în lacrimi. Avea și el patru copii și nu putea să-și imagineze prin ce trecuse Monica când își pierduse fiica într-un mod atât de tragic. Nu era de mirare că era atât de deprimată și că se gândea la sinucidere.

Cazul acesta era extrem de dificil. Cum putea să o ajute pe Monica să rămână în viață și să continue să funcționeze? Fiica ei era moartă. Soțul, considerând că el este responsabil pentru ceea ce se întâmplase, plecase. Viața ei era ruinată. Nu mai putea să muncească. Era complet lipsită de orice speranță.

Prietenii şi familia au încercat să o consoleze. Ei i-au spus în repetate rânduri că nu era vinovată pentru acea tragedie. Doctorii i-au prescris antidepresive, dar se simţea în continuare pierdută, fără nici o speranţă şi mai ales vinovată.

— Pe zi ce trece, a spus Monica, îmi dau din ce în ce mai mult seama că, o dată cu soţul şi fiica mea, mi-am pierdut şi sensul existenţei. Nu mai am nici un scop în viaţă. Depresia învinge, iar eu pierd.

în acea noapte tragică, Monica îşi pierduse nu numai familia, dar şi presupoziţiile ei fundamentale despre lume, despre sine şi despre viitor. înainte de tragedie, Monica avea impresia că trăieşte aşa cum spunea ea, „o viaţă ca în poveşti". Prezentul, trecutul şi viitorul erau strălucitoare.

într-o situaţie ca aceasta nu există cuvinte pentru a alina durerea sau pentru a vindeca consecinţele traumei. Prin urmare, prima sarcină în terapia Monicăi a fost stabilirea unei relaţii terapeutice în care ea să poată să-şi spună nestingherită povestea. Meichenbaum a considerat că scopul acestei terapii era să o ajute pe Monica nu numai în ce priveşte suferinţa prin care trecea şi sentimentul de vinovăţie, ci mai

ales să găsească în această experienţă tragică un sens care să-i permită să ajungă să se vadă pe sine nu numai în postura de victimă ci şi în aceea de supravieţuitor.

Pentru a evita să ajungă extrem de descurajată, Meichenbaum i-a reamintit Monicăi că povestirile despre cei care au trecut prin evenimente extrem de traumatizante sau au pierdut persoane apropiate, fie că e vorba de Holocaust sau de ravagiile războiului şi ale atacurilor teroriste, sunt adevărate exemple ale curajului şi rezistenţei de care sunt capabili oamenii. Unde şi cum au fost ei în stare să găsească curajul necesar şi voinţa de a merge mai departe, de a-şi clădi o nouă viaţă?

Strategia lui Meichenbaum a fost să o îndemne pe Monica să vorbească mai mult despre pierderea şi suferinţa ei, dar să o facă într-un mod care să-i permită şi să o încurajeze să se „dezlipească" de momentul în care arma s-a descărcat şi de următoarele douăzeci şi patru de ore de disperare. Ea i-a cerut Monicăi să facă ceva foarte dificil — şi ea era liberă să refuze: Ar putea să se gândească să aducă un album cu fotografiile lui Vickie la care să se uite împreună la următoarea şedinţă? Meichenbaum descoperise că acesta era un mijloc eficient de a-i face pe cei aflaţi în suferinţă să-şi împingă memoria dincolo de momentul tragediei până când ajungeau să ia în considerare viaţa în ansamblul ei.

Deşi Monicăi i-a fost extrem de greu să revadă fotografiile de familie în care apărea Vickie şi să se gândească la vremurile de atunci, acest proces reflectiv i-a oferit totodată ocazia să remarce că unul dintre lucrurile care au impresionat-o cel mai mult la Vickie a fost că era „mult prea inteligentă pentru vârsta ei".

—- Dacă Vickie ar fi aici, i-a spus Meichenbaum Monicăi, şi s-ar cuibări în braţele tale iubitoare, uitându-se în ochii tăi plini de afecţiune, ce sfat crezi că ţi-ar oferi ea, care a fost aşa cum ai descris-o tu, „mult prea inteligentă pentru vârsta ei"? Mai mult decât atât, dacă te-ai sinucide aşa cum te gândeşti uneori, ce s-ar întâmpla cu amintirea lui Vickie? Acele amintiri ar muri o dată cu tine. Crezi că asta ar vrea Vickie să se întâmple?

Meichenbaum încerca să înfăptuiască două lucruri deodată. în primul rând, el onora memoria lui Vickie, iniţiind un fel de ceremonie sacră în care era relatată viaţa lor împreună. în al doilea rând, el o ajuta pe Monica să găsească un motiv pentru a merge mai departe. El se folosea de „celălalt absent", Vickie, ca un mijloc de a o ajuta pe Monica să colaboreze pentru generarea unor strategii de a face faţă situaţiei.

Până în momentul acela, a observat Meichenbaum, Monica încercase să-şi suprime gândurile legate de Vickie. Dar pe măsură ce se străduia să le evite, era tulburată din ce în ce mai des de gânduri şi sentimente inoportune.

Astfel că în loc să ascundă aceste amintiri dureroase, Mo-nica avea nevoie mai degrabă să le transforme. Vickie cea absentă a fost transformată într-un „consilier", un co-terapeut în acest proces de vindecare.

Pretinzând că solicită sfatul pe care Vickie l-ar oferi, Meichenbaum a ghidat-o şi a sprijinit-o pe Monica îh dezvoltarea unor strategii pentru a face faţă situaţiei sale. Acestea includeau metode de a se raporta la sentimentul ei copleşitor de vinovăţie şi la înclinaţia ei permanentă de a se gândi la evenimente într-un mod contrafactual, sub forma „ce ar fi fost dacă"; la tendinţa ei de a evita contactele sociale şi oportunităţile de a-şi relua viaţa; şi la

metodele de a găsi un sens și un scop în viață. Așa cum a observat Monica, „Au rămas atâția «dacă». Singurul lucru pe care îl pot schimba este cel pe care îl fac în prezent."

Meichenbaum a ajutat-o pe Monica să-și transforme durerea și să găsească un sens în suferința ei. Monica a ajuns la concluzia că dacă va reuși să împiedice moartea prin împușcare a unui alt copil inocent, atunci înseamnă că Vickie nu a murit în van. Ea a decis să împărtășească povestea ei tragică oricui ar fi dispus să o asculte, inclusiv comitetelor de părinți din școli și membrilor comunităților religioase. Ea a găsit un sens în a-i avertiza pe oameni cât de periculos este să păstrezi arme în casă și cât de importantă este utilizarea piedicilor de siguranță.

Continuarea povestirii

Monica a continuat să se lupte cu suferința și depresia, în special la comemorarea morții fiicei ei. Dar munca ei desfășurată în beneficiul grupurilor de educare a părinților, pentru a împiedica să aibă loc tragedii similare și în alte familii, i-a dat un scop în viață. Ea și soțul ei au rămas prieteni, dar au decis să divorțeze. Devotamentul față de cei din jurul ei a făcut-o să se întoarcă la catedră.

Desigur, s-ar mai putea pune o întrebare în legătură cu acest caz: Erau într-adevăr hoți în casă în acea noapte fatală în care a murit Vickie?

Da, erau. Ei au reușit cumva să intre în casă trecând fără probleme de noul sistem de alarmă instalat. Erau jos când au auzit focul de armă și au luat-o la fugă imediat. Monica a găsit o oarecare consolare în faptul că zgomotul pe care-1 auzise în noaptea aceea nu fusese doar în capul ei. Avea oricum destule lucruri cu care trebuia să trăiască de acum încolo.

Capitolul treizeci si unu

z

Peggy Papp

A treia identitate sexuală

---

eggy Papp este cunoscută în primul rând pentru munca ei de cercetare legată de modul în care rolurile sexuale, convingerile și așteptările influențează re

lațiile și familiile. Cărțile ei, printre care se numără, The Process of Change (Procesul schimbării), The Invisible Web (Rețeaua invizibilă) și Couples on the Fault Line (Cupluri la limita erorii), abordează terapia de familie din perspectiva sistemelor de convingeri profunde ale oamenilor. De-a lungul carierei sale, ea a militat cu tărie și consecvență pentru un mod de abordarea problemelor oamenilor care pornește de la principiul că experiențele bărbaților și cele ale femeilor sunt similare și în același timp diferite.

Papp este supervizor și director al Proiectului de cercetare a de

presiei de la Institutul Ackerman pentru Terapia de Familie din New York.

Cazul care a pus la grea încercare convingerile lui Papp legate de dragostea romantică și identitatea sexuală a obligat-o totodată să-și reevalueze concepțiile despre relațiile dintre bărbați și femei. Acesta a fost un caz atât de complex și de nuanțat încât Papp a avut nevoie de mai mult de zece ani pentru a asimila cele învățate. Chiar și simpla discutare a acestui caz s-a

dovedit oarecum dificilă din cauza atmosferei politice din câmpul studiilor de gen. Cu toate acestea, se poate spune

că lucrurile care li s-au întâmplat cuplului din acest caz au avut nişte implicaţii de natură să facă pe oricine să se întrebe dacă dragostea este într-adevăr un lucru minunat în multe aspecte.

Probleme obişnuite

r

Wayne şi Holly aveau o relaţie în multe privinţe tradiţională. Problemele de care se plângeau ei erau obişnuite — la care oricine se putea aştepta de la un cuplu care dura de doi ani —, dispute despre petrecerea timpului, mici gelozii legate de prietenii lor, negocieri cu privire la frecvenţa relaţiilor sexuale sau la bani şi alte lucruri de genul acesta. Amândoi mai fuseseră căsătoriţi înainte, aşa că voiau să fie siguri că nu vor mai repeta aceleaşi greşeli. Ei au venit la Papp pentru că se hotărâseră să facă un fel de terapie preventivă.

Erau un cuplu foarte atrăgător. Wayne era un domn la patruzeci de ani, cu o înfăţişare distinsă — zvelt şi cu o barbă atent îngrijită. Holly era o femeie superbă, cam la treizeci de ani, cu părul lung şi blond, îmbrăcată obişnuit dar cu multă atenţie. Uitându-te la ei nu puteai să nu observi cât erau de absorbiţi unul de celălalt.

Nu cu mult timp în urmă, Holly închiriase un apartament în blocul lui Wayne, astfel că puteau să fie aproape unul de celălalt fără să renunţe la spaţiile lor private, atât la propriu cât şi la figurat. De curând ei se hotărâseră să facă următorul pas şi să se mute împreună, un pas mare pe drumul angajării lor într-o viaţă comună.

Amândoi erau puţin cam neliniştiţi din cauza acestui nou aranjament, neştiind prea bine cum să-şi organizeze spaţiul comun astfel încât să-şi păstreze o parte din intimitatea cu care se obişnuiseră. De asemenea, ei au vorbit despre unele frustrări legate de viaţa lor sexuală: Wayne voia să facă dragoste mai des, în timp ce Holly se dovedise mai

reticentă, cel puţin susţinea ea, până în momentul în care vor deveni mai apropiaţi din punct de vedere emoţional. Aceasta era o problemă foarte familiară pentru Papp şi pentru orice terapeut care lucra cu cuplurile: cei doi se comportau fiecare conform rolului specific sexului lui, bărbatul voia mai mult contact fizic, iar femeia voia legături emoţionale mai strânse. Holly s-a mai plâns de asemenea că Wayne avea o personalitate foarte puternică în vreme ce ea era foarte timidă.

„El ia toate deciziile", s-a plâns Holly, „de genul, unde mergem să mâncăm sau chiar la ce să ne uităm la televizor."

„Nu e chiar aşa", a ripostat Wayne râzând. „Holly nu-mi spune ce vrea, iar eu nu pot să-i citesc gândurile."

„Dar eu încerc să-i spun ce vreau", a insistat Holly, „dar nu pot să ţin pasul cu el. El mă domină şi în cele din urmă ajung să fac ce vrea el."

„Tu nu poţi să-ţi susţii punctul de vedere", i-a spus Wayne. „Pur şi simplu nu te afirmi. Laşi totul în seama mea, aşa că sunt nevoit ca în cele din urmă să iau eu deciziile. Nici mie nu-mi place acest aranjament, dar m-am gândit că asta vrei tu."

„în ce fel lucrul acesta v-a afectat decizia de a vă muta împreună?" a întrebat Papp. „L-ai lăsat pe Wayne să ia toate deciziile în această privinţă?"

Holly s-a uitat cu înţeles la Wayne, încuviinţând din cap. Wayne s-a arătat surprins.

„Nu am ştiut că tu vezi lucrurile în felul acesta. Ce decizie am luat eu şi cu care tu nu ai fost de acord?"

„Păi, de exemplu, tu ai luat o hotărâre în legătură cu camera care va rămâne liberă şi tot tu ai decis că cea mai mare parte a mobilei va fi pusă în sufragerie."

Era evident că Holly simţea că ea nu este implicată în procesul de luare a deciziilor. în timpul care le mai rămăsese până la terminarea şedinţei, ei s-au concentrat asupra acestui subiect. La sfârşitul întâlnirii, ei au ajuns la o înţelegere şi au hotărât să încerce să o pună în aplicare în săptămâna următoare.

O coregrafie

Când s-au întors în săptămâna următoare, Holly a declarat că reușise să-și expună mult mai direct cerințele ei. La rândul lui, Wayne s-a declarat mulţumit de faptul că în acest fel el a putut să afle cum gândea ea. A urmat o conversație superficială, întreruptă de pauze lungi și penibile în care cei doi se uitau lung unul la celălalt. Papp a simțit că ei îi ascundeau ceva despre care le era greu să vorbească.

După un timp în care ei au discutat aproape fără nici un scop, Peggy le-a sugerat să facă un exercițiu de comunicare pe care ea îl dezvoltase de-a lungul anilor și pe care îl considera un fel de coregrafie de cuplu. Exercițiul implica o punere în scenă destinată să ajute cuplurile să comunice la un nivel non-verbal, folosind metafore, simboluri, figuri de stil și o anumită mișcare fizică. Li s-a cerut să dezvolte fantezii despre relația lor și apoi să le interpreteze împreună. Pentru că aceste fantezii evitau logica limbajului, ele revelau într-un mod esențial diferite aspecte ale relației cuplului. Peggy le-a indicat acest exercițiu lui Wayne și lui Holly, ca un mod de a-i ajuta să exprime prin intermediul imaginilor ceea ce se părea că este greu să o spună în cuvinte.

„în primul rând aș vrea să vă închideți ochii", a început Papp exercițiul. „Nu trebuie decât să vă relaxați și să vă țineți ochii închiși."

Amândoi au urmat această indicație și s-au așezat cât mai confortabil pe canapeau pe care stăteau.

„Acum, dați-vă drumul la imaginație în legătură cu problema voastră comună și gândiți-vă ce forme simbolice ar lua fiecare dintre voi în această fantezie."

„Nu cred că înțeleg ce vrei să spui", a zis Wayne deschi-zându-și ochii pentru o secundă.

„Știți că în vise sau în imaginație", a explicat Papp în continuare, „adeseori oamenii nu apar așa cum sunt ei în realitate, ci sub forma unor simboluri sau imagini, precum personajele din cărțile de povești? Nu trebuie ca totul să aibă un sens. Lăsați-vă imaginația liberă. Apoi imaginați-vă în ce mod cele

două forme simbolice interacționează atunci când încearcă să-și rezolve împreună unele probleme legate de relația lor. Când ați terminat acest lucru aș vrea să deschideți ochii fără să spuneți ceva."

Preț de un minut sau două, Holly și Wayne au stat în tăcere pierduți în fanteziile lor. Apoi, Wayne a deschis ochii, urmat la scurtă vreme de Holly.

„Bine", a spus Papp. „Acum, am să vă cer să faceți ceva care s-ar putea să vi se pară ridicol. Aș vrea să interpretați fanteziile pe care le-ați avut. Wayne, ai deschis primul ochii, așa că de ce să nu începi tu?"

Wayne părea cam reticent.

„Haide", l-a încurajat Holly, „să încercăm! O să fie amuzant!"

Lui Papp i-a plăcut să o vadă pe Holly că ia inițiativa spărgând tiparul după care ea declarase că funcționa relația lor.

„Păi, nu am putut să vin cu niște forme simbolice... imaginea este foarte emoțională... și foarte puternică... e ceva care vine de aici", a spus Wayne arătând către pieptul lui.

„Foarte bine", a spus Peggy. „Arată-ne și nouă."

„Mda", a continuat Wayne, „eram un băiețel speriat și fugeam de această relație."

„Arată-ne lucrul acesta. Interpretează-1. Unde era Holly în toată povestea aceasta?"

„Ea stătea acolo și se uita... poate că pare ciudat, dar avea privirea unui înger... un fel de înger al dreptății... și mă arăta cu degetul."

Holly a urmat instrucțiunile lui Wayne și s-a prefăcut că este un înger al dreptății.

„Și cum a reacționat băiețelul la vederea îngerului dreptății?" l-a iscodit Papp.

„Am continuat să fug de ea" a spus Wayne interpretând scena, „dar nu am putut să ajung prea departe. Am încercat să mă întorc să o atac, dar am observat cât de speriat și de trist arăta îngerul. Așa că n-am mai putut să o atac. Am vrut să o iau din nou la fugă, dar nu am reușit pentru că nu am putut să-l părăsesc pe îngerul trist."

Papp le-a cerut să continue să repete mișcările în așa fel încât să experimenteze fizic situația respectivă. Când Wayne i-a întors spatele lui Holly, Papp l-a întrebat de ce se temea băiețelul.

„Să se apropie prea mult de ea, cred. îmi este frică de dezaprobarea ei. îmi este probabil frică să mă angajez în această relație; aș fi prea vulnerabil."

Papp i-a cerut după aceea să interpreteze fantezia lui ideală, iar el s-a dus la Holly și a îmbrățișat-o. Cum o ținea în brațe, Wayne a început să plângă.

„De ce plângi?" a întrebat Papp.

„Mă face să mă simt bine", a suspinat Wayne și amândoi au râs de această contradicție. „Mi-am întors spatele și am fugit de prea multe ori în viața mea. Nu vreau să mai fac lucrul acesta. Acum vreau să înfrunt problemele."

Holly l-a mângâiat pe Wayne spunându-i printre lacrimi:

„Am să încerc să te ajut să nu-ți mai fie atât de frică."

Unul dintre cele mai importante aspecte ale acestei metode este că permite oamenilor nu numai să vadă dar și să experimenteze esența interacțiunilor pe care ei le percep; și, mai mult, ei pot să facă acest lucru într-un mod în care nu se simt atât de amenințați că vor eșua.

Surpriza

După aceea i-a venit rândul lui Holly să-și interpreteze fantezia.

„M-am imaginat stând în pat cu Wayne, dar el era o fetiță. O îmbrățișam pentru că era rănită și furioasă, și toate astea din cauza mea. Ea nu-mi răspundea la îmbrățișări, iar eu nu puteam să suport acest lucru. Am făcut tot posibilul ca să-i câștig afecțiunea. Dacă fetița va rămâne în continuare rănită și furioasă, o să moară, m-am gândit eu."

Wayne s-a întins pe jos, interpretând fantezia din pat a lui Holly, apoi s-a uitat foarte încurcat la Holly:

„Așadar, te gândești la mine ca la o fetiță, hm?"

Holly părea la rândul ei cam stânjenită. Amândoi s-au uitat sfioși la Papp.

„Cred că ar fi mai bine să-i spunem, nu-i așa?" a spus el în continuare.

Holly a încuviințat din cap.

„Ce se petrece?" a întrebat Papp, nedumerită de această interacțiune.

„Amândoi suntem homosexuali" a lăsat să-i scape Wayne.

„Sunteți amândoi homosexuali? Nu cred că înțeleg ce vrei să spui." Papp era pur și simplu șocată. Cum puteau să fie amândoi homosexuali? Nu avea nici un sens.

„Suntem amândoi homosexuali", a repetat Wayne zâmbind amuzat. „Holly este lesbiană, iar eu sunt homosexual."

Cum era posibil una ca asta? s-a întrebat Papp. Cum a putut să-i scape lucrul acesta? Cei doi îi făcuseră impresia unui cuplu foarte obișnuit cu probleme maritale convenționale — toate chestiuni obișnuite. își tot bătea capul cu următoarea problemă: Cum se putea ca un homosexual și o lesbiană să aibă o relație romantică și sexuală?

Acest caz avusese loc cu ceva ani în urmă, când se considera că o dată ce ești homosexual vei rămâne întotdeauna așa și nu vei putea avea niciodată o relație heterosexuală. Era totul sau nimic: fie erai homosexual, fie nu erai homosexual. Dacă doi oameni erau angajați într-un mariaj ca acesta sau ca cel în care erau implicați de ceva timp Wayne și Holly, ei își acopereau sexul de rușine și de teamă. Dar cei doi răsturna-seră această situație. Iar lui Papp i se tăiase respirația constatând acest lucru.

„Poate că ar fi bine să discutăm despre asta", a sugerat Papp încercând să-și recâștige calmul. „Cum v-ați cunoscut? Cum a-ți ajuns să vă îndrăgostiți unul de celălalt?"

„Ne-am întâlnit la o petrecere de homosexuali", a început Holly povestea. „La acea vreme amândoi fuseserăm implicați în niște relații pe care le terminaserăm de curând."

„Relații?"

„Da!" a râs Holly. „Relații homosexuale. Eu avusesem o legătură cu o femeie, iar Wayne cu un bărbat. Amândouă au durat destul de mult."

„Așadar, eraţi la această petrecere încercând să vă faceți noi prieteni, când..."

„Așa e", a continuat Wayne povestea. „Eram amândoi într-o dispoziție destul de proastă. Sufeream amândoi, așa că am plâns unul pe umărul celuilalt."

„Prin urmare, la început ați fost prieteni", a încercat să clarifice Papp situația.

„Exact", a aprobat Holly, apoi s-a uitat la Wayne care a dat din cap în sensul că era de acord să continue ea povestirea. „Am devenit prieteni foarte buni. Aveam foarte multe lucruri în comun. Mergeam să vizităm muzee. Ne plimbam cu bicicleta. Picnicuri. Eram prieteni la toartă."

Amândoi au râs.

„Ce s-a întâmplat în continuare?"

„Nu prea știu exact ce s-a întâmplat", a încercat Wayne să explice, „dar știu că de fiecare dată când mă despărțeam de ea mă simțeam din ce în ce mai neliniștit și mai singur. Când nu eram cu ea, îi simțeam foarte mult lipsa. De nimeni nu mi-a fost așa de dor ca de ea."

„Cum îți explicai asta?" a întrebat Papp.

„Mult timp nu am reușit să-mi explic. Nu eram sigur de ceea ce simțeam. Apoi am încercat să neg toate sentimentele pe care le aveam. Cum a putut să se întâmple una ca asta? Ce or să creadă prietenii mei? Ce se va întâmpla cu viața mea? Vreau să spun, mă luptasem atât de mult până să accept identitatea mea homosexuală. Nu-ți poți imagina cât a trebuit să îndur din partea familiei și a prietenilor mei. Militam pentru drepturile homosexualilor — și încă mai militez!"

„Prin urmare, tu, un homosexual, ai ajuns să te îndrăgostești de o lesbiană."

„Exact. E ca și cum aș fi fost un breeder."

„Un breeder?"

Holly și Wayne au râs din nou.

„Așa îi numesc homosexualii pe cei care fac sex normal", a explicat Holly. „Nu e chiar un nume de alint."

„înțeleg", a spus Papp. Ceea ce afla era uimitor. întreaga ei concepție despre identitatea sexuală era întoarsă cu susul în jos.

„în orice caz", a continuat Wayne, „de câte ori mă întorceam acasă după ce ne plimbam toată ziua cu bicicleta, îmi spuneam: «Oh, Doamne sunt îndrăgostit!». Nu puteam să înțeleg. Deloc. Nu sunt interesat de femei decât ca prieten. Ca să fiu sincer, nu am fost niciodată atras sexual de femei, numai de bărbați. Dar iată unde ajunsesem — îndrăgostit până peste urechi de o femeie."

„Cum a fost această experiență pentru tine?" a întrebat-o Peggy pe Holly.

„Am știut înaintea lui că eram îndrăgostiți unul de celălalt. Dar nu am crezut că Wayne poate să facă față situației. Nu avea nici măcar un prieten heterosexual. Toată lumea lui se reducea la cea a homosexualilor. Cred că mie îmi era mai ușor să mă schimb, deși avusesem relații sexuale numai cu femei."

„Care a fost cel mai dificil lucru pentru tine?" a întrebat-o Papp pe Holly.

„Reacția comunității de homosexuali. Majoritatea prietenelor mele s-au întors împotriva mea și câteva chiar m-au blamat pentru că l-am convertit pe Wayne. Cred că s-au simțit trădate și amenințate."

„Cum ai reușit să te descurci în situația asta?" a întrebat Papp.

„Păi, am continuat să le ascundem multora dintre prietenii noștri homosexuali că suntem un cuplu heterosexual", a continuat Holly. „Faptul că eu și Wayne continuam să spunem că suntem homosexuali mă scotea din sărite. Cum puteam să fim homosexuali când noi eram practic căsătoriți unul cu celălalt? Pentru numele lui Dumnezeu, eram îndrăgostiți nebunește unul de celălalt!"

„într-adevăr, e o situație cam încurcată", a observat Papp.

„Amândoi refuzam să admitem că aveam o relație hetero-sexuală, iar acest lucru ne-a împiedicat să ne apropiem mai

mult. Pur și simplu refuzam să admitem cine eram. Eram foarte supărată când plecai în tabără cu prietenii tăi homosexuali. La petrecerile de homosexuali mă lăsai singură — ca și când nici măcar nu m-ai fi cunoscut. Mă simțeam exclusă."

Wayne părea cam tulburat. Papp l-a întrebat care era opinia lui despre acest lucru.

„Uite ce e", i-a spus lui Holly după care s-a uitat la Papp. „Cred că a fi homosexual este o stare mentală, și eu sunt în continuare homosexual chiar dacă iubitul meu este o femeie, întotdeauna am fost homosexual. întotdeauna voi fi homosexual."

„Cum poți să spui asta?" l-a acuzat Holly. „Poți să spui că este o stare mentală, dar dacă accepți că definiția homosexualității este atracția sexuală față de o persoană de același sex, atunci te cam contrazici."

Holly a continuat să vorbească despre cât de frustrată se simțea când Wayne refuza ca ei să se împrietenească cu alte cupluri heterosexuale sau chiar să meargă măcar din când în când la petrecerile lor.

„E ca și când ți-ar fi rușine de cine ești", a spus Holly.

Wayne i-a explicat lui Papp că identitatea lui homosexuală a însemnat o luptă continuă. Timp de zeci de ani, el s-a urât pe sine, și-a negat homosexualitatea și chiar a fost hărțuit de poliție. El și-a adus aminte cât de îngrozitoare fusese prima sa căsătorie pentru că refuzase să admită adevărul despre el. Era foarte hotărât să nu mai repete acest lucru.

Papp era curioasă să afle de ce amândoi evitau să se numească bisexuali. Aceasta era înainte să apară termenul sex-mixt.

„Nu-mi place cuvântul acesta", a spus Wayne, cu o voce îndurerată. „Eu nu sunt bisexual! Eu sunt homosexual!

întotdeauna am fost așa!"

El era cât se poate de categoric în această privință.

„Se pare că atunci când vorbești despre pierderea identității sexuale", s-a aventurat Papp cu precauție, văzând că e vizibil tulburat, „asta devine pentru tine o chestiune politică. Pentru că ai luptat atât de mult să admiți acest lucru și te-ai

confruntat cu atât de multe lucruri și mai ales ți-a trebuit mult curaj ca să faci asta."

„Exact!" a spus el ușurat. „îmi pare atât de bine că tu înțelegi, asta pentru că Holly nu înțelege."

„Dar te înțeleg, dragul meu", l-a asigurat Holly pe partenerul său. „Știu prin ce ai trecut. Știu și prin ce am trecut eu, cât m-am luptat ca să accept că sunt lesbiană. Și mai știu, de asemenea, că trebuie să-mi găsesc locul. Locul nostru nu mai este în comunitatea homosexuală, dar acolo sunt toți prietenii noștri. Și nu este nici în comunitatea heterosexuală pentru că noi suntem homosexuali."

Pentru Holly era din ce în ce mai dificil să discute cu prietenii săi, homosexuali sau lesbiene. Aceştia o criticau foarte aspru pentru relația ei cu Wayne.

Cei trei au tăcut la un moment dat. Papp s-a gândit vreme de un minut, după care a declarat:

„Poate că voi doi trebuie să fiți un fel de pionieri."

„Ce vrei să spui?" a întrebat Holly. Wayne s-a arătat și el interesat.

„Poate că este timpul ca voi doi să creați o a treia cultură, o a treia identitate sexuală."

„O a treia cultură?" a repetat Wayne.

„Da. Locul vostru nu este în comunitatea homosexuală. Și nu veți fi niciodată — cum ați spus voi — un breeder."

Toți trei au râs.

„Dar relația voastră nu se potrivește cu nici una dintre categoriile astea. De ce să vă lăsați constrânși de limbaj și de categorii convenționale? Sunteți amândoi homosexuali dar aveți o relație heterosexuală. Așadar, poate a venit vremea să luați ce vreți din ambele lumi și să vă creați propria voastră cultură, o a treia identitate sexuală. în acest fel, nici unul dintre voi nu va trebui să renunțe la propria-i identitatea sau la integritate."

Pentru un moment s-au gândit la acest lucru, apoi au încuviințat din cap, nu că ar fi fost de acord cu această ipoteză, dar că vor reflecta la ea.

Un nou spațiu

La următoarele ședințe, ei au continuat să discute despre unicitatea relației lor. Ideea de a avea ce este mai bun din cele două lumi li se părea atrăgătoare, și au vorbit despre felul în care ar putea fi îmbogățiți de către fiecare dintre ele fără să-și piardă identitatea sau integritatea, ci mai degrabă lărgindu-le pentru a le include pe amândouă. In cele din urmă, ei și-au recunoscut public relația.

Așa cum era de așteptat, unii dintre prietenii lor i-au respins. Dar majoritatea au acceptat relația lor. Și tot cum era de așteptat, imediat ce Wayne a încetat să mai nege că sunt un cuplu heterosexual, lui Holly i s-a trezit din nou interesul sexual pentru partenerul său, astfel că viața lor sexuală s-a revigorat. Ea nu s-a mai simțit exclusă. în timp, Wayne a acceptat să se socializeze cu unele cupluri heterosexuale și, spre surprinderea lui, a descoperit că heterosexuală pot fi și ei sensibili și spirituali. Acestea erau caracteristicile pe care el le asociase numai homosexualilor.

„Cred că în cele din urmă am creat un spațiu", a spus Wayne la una din ultimele lor ședințe împreună, „unde pot să

fiu în același timp homosexual și îndrăgostit de o femeie. Pot să fiu un om care nu și-a pierdut toate calitățile sale de homosexual, de care sunt atât de mândru, și totodată să o iubesc pe Holly."

Ei au făcut progrese și în alte aspecte ale relației lor. Wayne a învățat să nu mai fugă de Holly atunci când se simțea speriat de intimitatea lor. Iar Holly a învățat, la rândul ei, să-și exprime propriile ei dorințe fără ca după aceea să se simtă vinovată sau responsabilă pentru reacțiile lui Wayne.

Granițele sunt flexibile

Acest caz, probabil mai mult decât oricare altul avut de Papp, i-a stârnit curiozitatea în legătură cu însăși natura și cu

posibilitățile iubirii și ale identității sexuale. Cazul a avut loc în anii '80 când ideile ei despre această cultură erau foarte confuze și contradictorii. Până în acel moment însă, nu simțise nevoia să le pună în ordine.

— Am început să mă gândesc la toate lucrurile pe care le auzisem sau le citisem despre homosexualitate, ne-a spus Papp. Cu ani în urmă exista o concepție predominant psiho-dinamică despre homosexualitate, potrivit căreia aceasta ar fi fost cauzată de existența unei mame acaparatoare și a unui tată distant. Nu știu de unde a venit această idee, dar o dată ce ei blamau mamele pentru orice, cred că li se părea convenabil să le blameze și pentru asta. Și problema este că nu trebuie să te îndoiești de convingerile tale până nu întâlnești o situație care atrage după sine acest lucru.

Papp a abandonat această teorie populară după ce a luat contact cu noile cercetări care evidențiau că nu există nici o legătură între tipurile de familie din care provin oamenii și orientarea lor sexuală. La urma urmei, nu era deloc o simplă chestiune de dinamică a familiilor.

— După ce am văzut acest cuplu, a spus Papp, am citit foarte mult și am făcut cercetări, și am constatat cu această ocazie că există în domeniu multe idei conflictuale despre homosexualitate. Una dintre ideile care erau avansate de părinții homosexuali era că această orientare este determinată biologic. Te naști cu această înclinație și nu poți să faci nimic pentru a o schimba. Dacă ai fost implicat în alte tipuri de relații decât cea homosexuală, aceasta nu înseamnă decât că încerci să maschezi situația. Cred că această concepție continuă să predomine și azi în comunitatea homosexualilor. O altă idee este că homosexualitatea este o simplă opțiune a oamenilor. Concluzia la care am ajuns în final este că de fapt nimeni nu știe cu adevărat de ce oamenii ajung să se îndrăgostească de persoane care sunt de același sex sau de sex diferit. Probabil este vorba de o combinație foarte complexă de factori multipli și variați — de natură biologică, psihologică, istorică, interpersonală, culturală și genetică.

Unii dintre prietenii mei care și-au schimbat orientarea sexuală spun că, în diferite momente ale vieții, poți să iubești persoane diferite și că de fapt ceea ce iubești tu este persoana ca atare, indiferent de sexul ei. Ei descriu iubirea ca pe un lucru continuu, cu granițe flexibile. Cred că există atât de multe prejudecăți în legătură cu homosexualitatea, atât de multă stigmatizare și teamă, precum și o politizare intensă, încât este extrem de dificil să faci o cercetare empirică relevantă pe această temă. în momentul istoric în care ne aflăm, cel mai important lucru este să manifestăm o deschidere largă față de ceea ce se întâmplă în jurul nostru și să încercăm să nu ne grăbim să aplicăm tot felul de categorii relațiilor dintre oameni. Există atât de multe modalități de a iubi și atât de multe feluri de a exprima și de a trăi acest sentiment!

Ultima oară când Papp a auzit de Wayne și Holly, ei aveau în continuare o relație bună și se gândeau chiar să aibă copii.

Capitolul treizeci și doi Len Sperry

Colonelul „pasăre" care s-a transformat într-un elefant

JTX regătirea lui Len Sperry în domeniul terapiei a urmat

> o rută circulară. La început, el a studiat psihologia or-

<■ * ganizațională și consilierea la Universitatea Northwestern, unde și-a făcut doctoratul. Dorind o specializare mult mai complexă, el a urmat cursurile de psihoterapie orientată analitic la Institutul Alfred Adler, după care a plecat pe Coasta de Vest pentru a face studii postdoctorale în domeniul terapiei maritale și de familie. în următorii ani, Sperry a practicat atât psihoterapia cât și consilierea organizațională, până când s-a decis să-și termine studiile medicale și să-și facă rezidențiatul în psihiatrie și medicină preventivă (această decizie a luat-o parțial în urma cazului descris în capitolul de față). Cum era de așteptat din partea cuiva pregătit în atât de multe discipline, Len este profesor clinic de psihiatrie și medicină preventivă la Facultatea de medicină din Wisconsin, precum și profesor și director al programului doctoral în domeniul consilierii la Universitatea Barry din Miami, Florida. El este recunoscut ca specialist în psihologia clinică, precum și în psihiatrie și medicină preventivă.

Sperry este autorul a peste patruzeci de cărți care reflectă pregătirea sa interdisciplinară și variatele lui interese legate de consiliere, diagnosticare, terapia de familie, terapia de scurtă durată, leadership, spiritualitate, farmacologie și sănătate. Printre cele mai cunoscute cărți ale sale se numără: The Handbook of Diagnosis and

Treatment for DSM—IV Personality Disorders (Ghidul de diagnostic și tratament pentru DSM-IV tulburări de personalitate); The Intimate Couple (Cuplul Intim), The Disordered Couple (Cuplul cu tulburări); Psychopathology and Psychotera-py: From Diagnosis to Treatment (Psihopatologie și psihoterapie: De la diagnostic la tratament); Brief Therapy with Individuals and Couples (Terapia de scurtă durată individuală și de cuplu) și, printre cele recent apărute, Effective Leadership (Conducerea eficientă) și Spirituality in Clinical Practice (Spiritualitatea în practica clinică).

Cazul lui Len Sperry a avut loc în timpul celor trei ani în care el a practicat în California de Sud. Venind din Midwest unde petrecuse o perioadă mai îndelungată el s-a acomodat destul de greu cu viața din California pe care o găsea un pic cam dezordonată dar în același timp incredibil de incitantă. Tot aici el a întâlnit o serie de cazuri la care nici măcar nu visase vreodată, în care erau implicați oameni care practicau culturi sataniste sau care credeau în existența OZN-urilor. E adevărat că asemenea grupuri erau destul de frecvente pe Coasta de vest, dar Sperry nu mai avusese ocazia să lucreze cu această populație.

Sperry era de asemenea uimit de frecvența ridicată a unor anumite entități diagnostice care erau considerate foarte rare în alte părți. El a întâlnit un număr destul de mare de pacienți cu tulburare personalitate multiplă și chiar mai mulți cu tulburare personalitate Borderline, ambele fiind niște forme ale psihopatologiei care prezintă pattern-uri neobișnuite și imprevizibile. Menționăm acest lucru în contextul de față astfel ca dumneavoastră să înțelegeți că Sperry nu se sperie prea ușor de cazurile dificile.

— A venit la mine un bărbat mic de înălțime, cu o înfățișare efeminată, a început Sperry. Părea foarte tânăr. Avea o mustață care abia se ițea și un mers țanțoș. Postura țeapănă și ex-

presia imobilă pe care le afișa te duceau cu gândul la personalul polițienesc sau militar. Și dacă nu purta haină militară ai fi ghicit că trebuia să fi fost comisionar sau funcționar. îmi aducea aminte de o micuță pasăre kiwi care se plimba pe plajă cu pieptul ei pufos scos înainte.

Aflând că noul său pacient era colonel în armata americană, având o mulțime de oameni în subordine, Sperry a înțeles imediat că clientul său simțea nevoia să se prezinte drept o persoană cu autoritate. Pacientului îi plăcea ca ceilalți să i se adreseze după rangul său militar, așa că Sperry l-a tratat cu respectul cuvenit. Trebuie menționat faptul că el avea rangul de colonel „plin" sau „pasăre" și nu pe cel inferior de locote-nent-colonel.

„Așadar, domnule colonel, care este problema?"

„Păi, domnule doctor, eu şi soţia mea. Suntem căsătoriţi de şase ani."

„Daa", l-a încurajat Sperry să continue.

„Nu avem copii. Singura preocupare este munca noastră", a explicat colonelul. „Şi se pare că trecem a printr-o perioadă foarte grea."

Aceasta era numai o parte a adevărului. Atât colonelul cât şi soţia lui treceau printr-o criză specifică vârstei de mijloc. în vreme ce anxietatea colonelului era cumva absorbită de cerinţele noii sale poziţii militare, soţia începuse de ceva vreme să flirteze cu o cunoştinţă de a lor. Până în acel moment nu făcuse altceva decât să se întâlnească cu acest bărbat la cafea, în două ocazii, dar acest lucru fusese suficient pentru a-1 îmbolnăvi pe colonel de gelozie.

— Colonelul a ajuns extrem de deprimat, ne-a spus Sperry. în cele din urmă, el a apelat la medicul de familie care i-a prescris antidepresive. A luat medicamentele timp de două săptămâni, după care a încetat să le mai ia din cauza unor efecte secundare supărătoare. Deşi nu avusese niciodată probleme psihice, acum colonelul era din ce în ce mai disperat, mai suspicios şi mai paranoic. El nu numai că era gelos din cauza aventurii de care o suspecta pe soţia lui, dar credea că aceasta împreună cu iubitul ei complotează împotriva lui.

Colonelul pleacă în misiune

Sperry l-a văzut pe colonel timp de câteva săptămâni. La fiecare şedinţă omul părea din ce în ce mai agitat şi mai obsedat de aventura soţiei lui. Această relaţie dintre soţia lui şi colegul acesteia era de-a dreptul neverosimilă. Cu greu se putea spune despre cei doi că sunt mai mult decât nişte simple cunoştinţe. în plus, ea era o femeie plinuţă. De fapt, era de-a dreptul masivă, depăşindu-şi soţul cu cincisprezece centimetri în înălţime.

Colonelul începuse să-şi piardă nopţile gândindu-se la ce ar fi în stare să facă soţia lui. Programul lui de lucru era foarte lung şi trebuia să fie disponibil douăzeci şi patru de ore pe zi. în următoarele trei săptămâni el a început să fie din ce în ce mai obosit. Dar în ciuda oboselii, nu putea să doarmă noaptea — mai exact spus, nu voia să doarmă noaptea. Lipsa somnului are un impact profund asupra percepţiilor, gândurilor şi acţiunilor unei persoane. Bineînţeles, la fel s-a întâmplat şi în cazul colonelului. El era convins că dacă stă treaz şi cu un ochi aţintit asupra nevestei, aceasta nu va putea să facă vreo mişcare greşită.

Oricât de mult se străduia soţia lui să-l liniştească, colonelul era în continuare suspicios.

„Ce ar fi dacă aş adormi?" i-a mărturisit el sincer lui Sperry. „Ea ar putea să se strecoare din casă în toiul nopţii fără ca eu să bag de seamă şi s-ar duce să se întâlnească cu individul acela."

Era convins că dacă reuşeşte să rămână vigilent douăzeci şi patru de ore pe zi atunci mariajul lui va fi în siguranţă.

Pe deasupra problemelor pe care le avea în căsnicie, colonelul a fost obligat să preia o serie de sarcini suplimentare la serviciu. Una dintre acestea era să meargă la conferinţe în afara oraşului, motiv pentru care era negru de supărare. Cum putea să-şi mai supravegheze soţia neascultătoare dacă nu mai era în oraş? Colonelul a inventat o serie de motive pentru a nu părăsi localitatea, încercând să-l convingă pe superiorul său să rămână acasă.

— în acest moment, a spus Sperry, am devenit foarte îngrijorat. Când lucram în Midwest era destul de uşor să conving pe cineva să se interneze în spital şi chiar să-l fac să coopereze. Dar în California este extrem de dificil să faci acest lucru. Şi asta pentru că sunt foarte puţine paturi de spital disponibile şi foarte puţini pacienţi au întâietate la internare.

Cam în perioada în care Sperry se hotărâse să înceapă procedurile de internare, a primit într-o noapte un telefon de urgenţă.

„Domnule doctor?"

„Da", a răspuns Sperry somnoros. Telefonul îl trezise din somn.

„Sunteți domnul doctor?"

„Da, cine sunteți?"

„Sunt colonelul."

„Da, domnule colonel", a spus Sperry străduindu-se să pară cât mai calm. „Unde sunteți?"

„Sunt la un telefon public."

„Foarte bine, dar unde se află acest telefon?"

Sperry a auzit receptorul căzând și lovindu-se de sticla cabinei. S-a gândit că colonelul încerca să găsească o poziție mai comodă. în cele din urmă el a revenit la aparat.

„Sunt în deșert", a spus el cu o voce conspirativă.

„Bine, domnule colonel, ați putea să-mi spuneți ce faceți în deșert în toiul nopții?"

„Păi, domnule doctor, s-ar părea că am o mică problemă.. Dar nu vă faceți griji — sunt pe punctul de a o rezolva."

Și încă ce problemă avea! Se pare că suspiciunea colonelului luase proporții de-a dreptul inimaginabile. Colonelul își dusese nevasta la marginea deșertului și acolo o legase de un copac. Avea la el o colecție remarcabilă de arme — așa cum era de așteptat din partea cuiva care se afla în serviciul militar și care pe deasupra era conștient de cât de mic era ca înălțime în comparație cu alții, și în special cu soția lui. Acum o amenința că o omoară.

— îmi spunea toate acestea, în timp ce o supraveghea pe soția lui care era legată de un copac la vreo 150 de metri. El mă contactase pentru că îi spusesem cândva să mă sune numai în caz de urgență. Cu siguranță că situația din acea noapte se încadra perfect în această categorie.

Sperry a reușit să-l calmeze pe colonel și să-l convingă să-și dezlege nevasta.

„Domnule colonel", l-a întrebat Sperry, „cum a ajuns soția dumneavoastră să fie legată de un copac?"

„Păi, domnule doctor, am vrut să o fac să mă asculte atunci când vorbesc cu ea. Altfel începe să se gândească la altceva și o ia înainte la plimbare. Mă face să mă simt ca un idiot care merge în urma ei încercând să-i spună ce are în minte."

„De data asta se pare că ai reușit să te faci ascultat", a spus Sperry pe un ton neutru.

„Da, cred că s-a speriat de moarte crezând că o să fac o prostie."

„Care sunt șansele ca acest lucru să se întâmple?" Sperry se purta cât mai precaut, încercând să vadă dacă colonelul era într-adevăr periculos.

„Șansele sunt foarte mici. Nu-mi vine să cred că am făcut asta. Ce s-ar întâmpla dacă superiorul meu ar afla ceva despre asta?"

„Domnule colonel, cred că mai există și o altă modalitate de a îmbunătăți comunicarea dintre dumneavoastră și Millie."

„Doctore, știu că trebuie să o dezleg, dar nu știu ce să-i spun după aceea."

„Mda. Cred că e bine să o dezlegi. Ai putea să-i spui după aceea că ai vorbit cu doctorul tău și că ar fi fericit să vă vadă pe amândoi la cabinetul său, mâine la prima oră."

Colonelul a fost de acord și a spus că vor veni amândoi la cabinet a doua zi dimineață. Sperry nu-i văzuse

împreună, pentru că soția lui refuzase să participe la terapie. După „misiunea" din acea seară, cu siguranță că era mult mai motivată să vină.

Colonelul găsește o soluție

— Imediat ce i-am văzut împreună, a explicat Sperry, mi-am dat seama că relația lor funcționa în bună măsură după patte.rn-ul urmăritor-urmărit. Dar, spre deosebire de versiunea tipică a acestei configurații, în care femeia este cea care îl urmărește pe bărbat, în acest caz, colonelul o urmărea pe soția lui. De multe ori, urmăritorul crede că cealaltă persoană îl respinge. Pentru a evita această respingere, urmăritorul merge peste tot, ca o umbră, după cel pe care îl urmărește, rugând și cerând ca nevoile sale să fie recunoscute. Cum era de așteptat, soția colonelului era copleșită de solicitudinea lui emoțională. Ea își dorise să se mărite cu un bărbat puternic și care să aibă grijă de ea. în loc de așa ceva se trezise cu un bărbat mo-lâu care mergea scheunând în urma ei. A fost de-a dreptul indignată când a auzit că acesta îi cere ca ea să aibă grijă de el.

Sperry nu a fost prea surprins când a aflat că Millie era cu zece ani mai în vârstă decât colonelul. El a întrebat-o ce a atras-o la colonel atunci când l-a văzut pentru prima dată.

„Oh, arăta foarte chipeș în uniformă, cu toate alămurile și găitanele acelea. Știți, este colonel «pasăre». De-adevăratelea. Și are o mulțime de oameni sub comanda sa."

„Așadar", a spus Sperry, „ce v-au atras la el au fost înfățișarea și puterea de care dispune."

„Sigur că da. Și, în același timp, are o sensibilitate și o blândețe care îl fac și mai irezistibil."

Pe măsură ce ședința continua, pattern-ul urmăritor-urmărit devenea din ce în ce mai evident. Atâta vreme cât Millie îl găsea pe colonel puternic dar și blând ea era atrasă de el. Dar când vedea că este slab și speriat — și în acest fel se arăta el când era stresat — ea era scârbită de comportamentul lui de urmăritor, plângăreț și revendicativ, așa că lua distanță față de pretențiile lui.

La a doua ședință pe care au avut-o împreună, a devenit și mai clar că cei doi soți țineau unul la altul și că voiau să rămână împreună cu condiția să găsească niște modalități mai sănătoase de a se raporta unul la celălalt. în ciuda gândirii pa-

ranoice recente de care dădea dovadă colonelul și a comportamentului său extravagant (și de asemenea a accesului pe care îl avea la armament) Sperry a considerat că există puține riscuri ca el să acționeze într-o manieră periculoasă.

— De ce am ajuns la concluzia asta? în principal pentru că colonelul dăduse dovadă de-a lungul vieții de o judecată sănătoasă și de capacitatea de a-și controla impulsurile și de a lucra în condiții de stres. Doar în ultimele trei săptămâni, când nu reușise să doarmă aproape deloc, aceste capacități ale lui fuseseră oarecum compromise. Această lipsă de somn făcuse ca suspiciunea lui legată de soție și de colegul ei de muncă să escaladeze, creând un ciclu vicios: pierderea continuă a somnului alimenta suspiciunea și gelozia lui, făcându-1 să-și urmărească soția cu mai multă insistență iar pe aceasta să se distanțeze și mai mult de el, totul culminând cu „punctul mort" din deșert.

Din fericire, educația baptistă a colonelului îl împiedica să bea. Dacă alcoolul — care poate să aibă un efect dezinhibitor semnificativ — ar fi fost un factor în această ecuație, e greu de crezut că acesta l-ar mai fi sunat pe Sperry și, mai mult decât atât, el ar fi putut să se decidă să-și împuște soția.

Pentru Sperry, dificultatea terapeutică a constat în găsirea unei modalități de a o ajuta pe Millie să înceteze să se mai distanțeze de colonel.

— Ceea ce am făcut a fost să restructurez întreaga situație, a explicat Sperry, astfel încât să-i ofer colonelului o oportunitate pentru a se concentra asupra calităților care îl făceau puternic și atrăgător în ochii lui Millie. Le-am cerut să găsească o modalitate de a-și reconstrui relația pornind de la sentimentele de iubire pe care le împărtășeau amândoi la început.

Colonelul este reparat

La următoarea ședință, colonelul a intrat singur — Millie a întârziat din cauza unui accident care a făcut-o să rămână blocată pe autostradă. El părea complet schimbat. Agitația și

înclinația sa paranoică dispăruseră. La fel și vechile lui suspiciuni. Dimpotrivă, arăta odihnit, relaxat și încrezător. în plus, era mulțumit de el întrucât, spunea el, găsise o soluție pentru problemele lui.

„Așadar, domnule colonel", a observat Sperry, „azi păreți foarte mulțumit."

„Doctore, se pare că lucrurile or să meargă." Apoi a zâmbit. Arăta ca un mic Buddha, cu obrajii săi rotofei și cu burta mititică care atârnând peste curea. „îți spun foarte serios, doctore, totul o să fie bine."

„înțeleg."

Sperry nu era prea sigur că lucrurile stăteau așa pentru că acestea fuseseră cuvintele pe care i le spusese colonelul la telefon în noaptea în care își legase soția de un copac etalându-și armamentul de care dispunea.

„Vorbesc serios."

„Știu asta, domnule colonel. Dar nu prea înțeleg la ce vă referiți."

Colonelul a zâmbit din nou.

„Ei bine, mâine mă duc la cuțit."

Sperry arăta în continuare foarte încurcat, dar colonelul părea să se bucure de acest lucru. După îndemnuri repetate, colonelul a mărturisit că își făcuse o programare la unul dintre acele centre mici de chirurgie ambulatorie „doctori la cutie", pentru a i se face o vasectomie. El credea cu tărie că era prea potent și că soția lui era speriată de acest lucru. El îi spusese acesteia că dacă va fi „reparat" , ea o să se simtă mult mai în siguranță cu el.

„Ești cel mai bun, doctore", i-a spus colonelul lui Sperry. „M-ai ajutat foarte mult."

„Da?"

„Da, e vorba de ideea de a găsi o modalitate — cred că așa ai spus — de a ne raporta unul la celălalt într-un mod diferit. Ceea ce vreau să fac eu va schimba complet întreaga situație. Crede-mă."

Sperry a rămas fără grai. Nu știa ce să facă, așa că a așteptat să vadă unde voia colonelul să ajungă.

„Așadar, doctore, crezi că mai este nevoie să vin la terapie, acum că lucrurile or să meargă?"

Colonelul nu mai făcuse terapie înainte, așa că nu știa care sunt regulile. Și Sperry avea de-a face cu un militar obișnuit să respecte regulile fără nici cea mai mică abatere. El a încercat din răsputeri să-l facă pe colonel să renunțe la ideea de a-și rezolva problemele printr-o simplă incizie la nivelul scrotului său dar acesta insista că aceasta este soluția. In cele din urmă, Sperry i-a sugerat că ar fi bine să se întâlnească din nou peste câteva zile.

Colonelul are nevoie de o pungă

■— A doua zi, eram în mijlocul unei ședințe, a spus Sperry, când am primit un telefon urgent de la soția colonelului.

„Domnule doctor, a spus ea cu o voce atât de panicată încât am crezut că soțul ei se sinucisese sau ceva de genul acesta. Sunt la spital cu colonelul — chiar și ea i se adresa astfel — și vreau să vă spun că nu arată bine."

„Care este problema?", a întrebat Sperry foarte alarmat de tonul ei.

Ea i-a spus că cei de la clinică au ratat vasectomia. în loc să taie ligamentul care trebuia, ei au despicat din greşeală ţesutul limfatic. Acest lucru se întâmplă destul de frecvent atunci când chirurgul este incompetent sau nu are experienţă. Testiculele ajung să fie atât de umflate încât pacientul poate să moară. Acesta fusese motivul pentru care colonelul fusese trimis la urgenţă.

— Bietul colonel avea un scrot cât un pepene de 5 kilograme. Asta se numeşte elefantiasis. Este o inflamaţie provocată de o infecţie bacteriană care nu prea se întâlneşte pe aici, dar care este destul de frecventă în Africa — de aici şi denumirea de elefantiasis. Soţia lui a trebuit să îi bage testiculele într-o pungă pentru a-1 putea transporta la spital.

Colonelul a stat în spital două zile până când umflătura a început să cedeze iar infecţia a ajuns sub control. El era cam

deprimat de faptul că planul lui de a se steriliza nu a mers aşa cum sperase. Dar a încetat să se mai smiorcăie şi să o mai urmărească pe soţia lui. La urma urmei îi era cam greu să se deplaseze cu testiculele acelea uriaşe!

Dar evenimentele au luat o turnură foarte interesantă, de parcă ar fi fost dictate de destin. Cu cât colonelul devenea mai neajutorat, cu atât mai mult reducea soţia lui distanţa dintre ei. Se părea că îi plăcea rolul de infirmieră. într-un fel, ea echivala testiculele acelea uriaşe cu puterea şi autoritatea. El era puternic şi blând şi avea nevoie de ajutorul şi suportul ei emoţional. El era bărbatul ei şi trebuia să stea lângă el. Ea îi va oferi toată afecţiunea de care el avea nevoie. Millie petrecea mai mult timp cu el, acum că îşi dăduse seama cât de mult avea nevoie de ea.

Colonelul acumulase destul de mulţi ani în serviciul militar astfel că a putut să iasă la pensie şi să înceapă împreună cu soţia lui o nouă viaţă, în altă parte. El credea că dacă vor părăsi comunitatea militară în mijlocul căreia trăiseră până atunci, amintirile din ultimele luni vor începe să se estompeze şi în felul acesta vor putea să se întoarcă la ceea ce simţiseră unul pentru celălalt în perioada în care abia se cunoscuseră. Ei au reuşit să facă acest lucru sau cel puţin aceasta a fost impresia lui Sperry când a luat legătura cu ei ultima dată.

— în mod simbolic, a explicat Sperry, acest individ micuţ şi nesigur pe el a ajuns în cele din urmă să se simtă potent lângă soţia lui mult mai corpolentă şi mai impunătoare. în ochii lui Millie el nu mai era un colonel „pasăre", ci un elefant uriaş.

Lecţii de la colonel

t

Sperry a petrecut foarte mult timp gândindu-se la semnificaţia acestui caz pentru viaţa şi munca sa. Pentru el, colonelul şi soţia lui erau o amintire aparte şi aceasta nu numai din cauza comportamentului lor neobişnuit ci şi a ceea ce reuşise el să înveţe în timpul cât lucrase cu ei. A fost prima dată când el a constatat foarte clar puterea atribuirii unor roluri într-o re-

laţie şi cum operarea unei modificări în pattern-ui urmărit-ur-măritor poate să schimbe întreaga structură a intimităţii unui cuplu.

In loc să încerce să schimbe personalitatea colonelului sau chiar comportamentul lui, modificarea subtilă în pattern-ui relaţional a fost cea care a răsturnat în final întreaga situaţie. Ar fi fost atât de simplu şi totodată atât de inutil să se gândească la colonel în termenii psihopatologiei sale individuale. După ce Sperry a început să se uite la întregul sistem, atât el cât şi cei doi soţi s-au simţit mai puternici.

— Acest caz a reprezentat un punct de cotitură, a conchis Sperry, în modul meu de a-i înţelege pe oameni.

Autorii

Jeffrey A. Kottler este unul dintre cei mai prolifici autori din domeniile psihologiei şi educaţiei. El a scris cincizeci de cărţi care tratează subiecte foarte variate. De asemenea, el a semnat mai bine de zece lucrări pentru consilieri şi

terapeuți care sunt folosite în universitățile din întreaga lume și tot atâtea cărți pentru educatori și terapeuți practicanți. Printre cele mai importante cărți ale sale se numără: On Being a Therapist (Despre meseria de terapeut); Compassionate Therapy (Terapia compa-sională); Bad Therapy (Terapia ineficientă); Making Changes Last (Cum să faci ca schimbările să dureze); Beyond Blame (Dincolo de orice responsabilitate); Travel That Can Change Your Life (Călătoria care iți poate schimba viața); The Language of Tears (Limbajul lacrimilor) și The Last Victim: Inside the Minds of Serial Killers (Ultima victimă: Pătrunzând în mințile criminalilor în serie).

Jeffrey a fost educator timp de douăzeci și cinci de ani. El a lucrat ca profesor, consilier și terapeut la grădinițe, școli gimnaziale, centre pentru sănătate mentală, centre de ajutor, colegii, universități și clinici particulare. A lucrat ca bursier Fulbright și conferențiar în Peru (1980) și Islanda (2000). A fost de asemenea profesor invitat în Noua Zeelandă, Australia, Hong Kong, Singapore și Nepal. în prezent, Jeffrey este președintele Departamentului de Consiliere de la Universitatea Fullerton, California.

Jon Carlson este profesor emerit de psihologie și consiliere la Universitatea Governors State, Universitatea Park, Illinois, și psiholog la Clinica Wellness, din Lake Geneva, Wisconsin.

In plus, el este de multă vreme coeditor la The Family Journal și autorul a douăzeci și cinci de cărți în domeniul terapiei de familie, maritale, consilierii și al psihologiei adleriene. Printre cele mai cunoscute cărți ale sale se numără: The Intimate Couple (Cuplul Intim), The Disordered Couple (Cuplul cu probleme), Brief Therapy with Individuals and Couples (Terapia de scurtă durată individuală și de cuplu), Health Counseling (Consilierea în probleme de sănătate), Theories and Strategies of Family Therapy (Teorii și strategii în terapia de familie) și Time for Better Marriage (E timpul pentru un mariaj mai bun).

Jon a produs de asemenea peste o sută de casete video comerciale despre cele mai importante nume din domeniu (inclusiv cei care au fost incluși în această carte) în care ei își demonstrează teoriile prin aplicații practice. Aceste casete sunt folosite pentru pregătirea viitoarei generații de practicieni.

TRei

în colecția de Psihologie au mai apărut:

Etil și personalitatea, Mielu Ziate.....199 000

Manual de psihodiagnostic, Hermann Rorschach.....249 000

Noul manual TAT. Abordare psihanalitica,

Françoise Brelet-Foulard, Catherine Chabert.....249 000

Psihodrama Balint, Anne Cain.....149 000

în colecție Biblioteca de psihanaliză au apărut:

Cioran în oglindă. încercare de psihanaliză, Valentin Protopopescu.....129000

De ce se tem bărbații de femei, Jean Cournut.....169000

Dicționar de psihanaliză, Élisabeth Roudinesco, Michel Pion.....899000

Doi giganți: Jung și Steiner. Confruntare, și sinopsis, Gerhard Wehr.....99000

Figuri ale crimei la Dostoïevski, Vladimir Marinov.....199000

Inconştientul modernilor, Jean-Marie Vaysse.....199000

Introducere în psihanaliza freudiană şi postfreudiană,

Vasile Dem. Zamfirescu.....169000

Introducere în terapia psihanalitică, vol. 1, Wolfgang Mertens.....249000

în căutarea sinelui, Vasile Dem. Zamfirescu.....129000

întrebări despre ziua de mâine, Jacques Derrida, Elisaheth Roudinesco .169000 Jacques Lacan. Schiţa unei vieţi, istoria unui sistem de gândire,

Élisabeth Roudinesco.....199000

La ce bun psihanaliza?, Élisabeth Roudinesco.....99000

Opere Freud, vol. 1 Eseuri de psihanaliză aplicată, Sigmund Freud.....249000

Opere Freud, vol. 2 Nevroza la copil, Sigmund Freud.....249000

Opere Freud, vol. 3 Psihologia inconştientului, Sigmund Freud.....299000

Opere Freud, vol. 4 Studii despre societate şi religie, Sigmund Freud.....359000

Opere Freud, vol. 5 Inhibiţie, simptom, angoasă, Sigmund Freud.....249000

Opere Freud, vol. 6 Studii despre, sexualitate, Sigmund Freud.....249000

Opere Freud, vol. 7 Nevroză, psihoză, perversiune, Sigmund Freud.....249000

Opere Freud, vol. S Comicul şi umorul, Sigmund Freud.....249000

Opere Freud, vol. 9 Interpretarea viselor , Sigmund Freud.....399000

Opere Freud, vol.10 Introducere in psihanaliza, Sigmund Freud.....399000

Opere jung, vol. I Arhetipurile şi inconştientul colectiv, C. G. Jung.....399000

Opere Jung, voi. 2 Psihologia fenomenelor oculte, C. G. Jung.....„.249000

Opere Winnicott, vol. t De la pediatrie la psihanaliză , D. W. Winnicott ...329000 Opere Winnicott, voi. 2 Convorbiri psihanalitice cu părinţii,

D. W. Winnicott.....149000

Opere Winnicott, voi. 3 Natura umană, D. W. Winnicott.....139000

Psihanaliza artei şi a creativităţii, Janine Chasseguet-Smirgel.....99000

Psihanaliza ador patru vârste, Speranţa Farca.....149000

Psihanaliza şi sexualitatea feminină, Jacques André 149000

Psihanaliza travaliului creator, Didier Anzieu.....179000

Psihanaliză şi istorie. Tânărul Luther, ErikH. Erikson.....99000

Psihologia eroticii feminine, Wilhelm Stekel.....169000

Psihologia eroticii masculine, Wilhelm Stekel.....169000

Pentru comenzi sau alte informații, vă invităm să vizitați situl nostru ww w. ed i tura trei. ro

Puteți face comenzi și telefonic la numerele 021-224.55.26 (tel. /fax) sau 021.224.47.71 (tel.).